

# TƏFƏKKÜR

İSLAM DİNİNİN PSIXOLOGİYA VƏ SPİRİTUALİZM ASPEKTİNDƏN TƏHLİLİ

MALİK BƏDRİ



Ön sözün müəllifi:

Ceremi Henzel-Tomas

# TƏFƏKKÜR

*İslam dininin psixologiya  
və spiritualizm aspektindən təhlili*

---

MALİK BƏDRİ

*Ön sözün müəllifi:*  
CEREMİ HENZEL-TOMAS



Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu



**İDRAK**

“İdrak” İctimai Birliyi

Bakı - 2020

**Təfəkkür: İslam dininin psixologiya  
və spiritualizm aspektindən təhlili**

*Malik Bədri*

© "İdrak" İctimai Birliyi  
və Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu  
1441 (hicri) / 2020 (miladi)  
ISBN: 978-9952-459-75-0

**Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study**

*Malik Badri*

© The International Institute of Islamic Thought (IIIT)  
1439AH/ 2018CE  
ISBN: 978-1-56564-566-0 *paperback*  
IIIT  
P.O. Box 669  
Herndon, VA 20172, USA  
[www.iiit.org](http://www.iiit.org)

Tərcüməçi: Natiq Adilov  
Redaktor: Ülvi Babasoy  
Bədii və texniki tərtibat: Həsən Həsənov  
"İdrak" İctimai Birliyi  
Azərbaycan, Bakı ş., Mirəli Seyidov 3138,  
korpus D, 1-ci mərtəbə  
[idrak.org.az](http://idrak.org.az)

Kitab Dini Qurumlarla İş üzrə Dövlət Komitəsinin  
icazəsi ilə nəşr olunur (DK-550/Q)

Bütün hüquqlar qorunur.

## MÜNDƏRİCAT

<i>Müqəddimə</i> . . . . .	5
<i>Ön söz (Ceremi Henzel-Tomas)</i> . . . . .	9
<i>Giriş</i> . . . . .	30
Təfəkkür: müasir psixoloji mənzərə . . . . .	34
Təfəkkür: ilk müsəlman alimlərinin əsərləri . . . . .	60
İslamda təfəkkür və müasir meditasiya prosedurları . . . . .	79
Quran və Allahın yaratma sənəti haqqında təfəkkür . . . . .	99
Təfəkkür ibadətin məhdudiyyətsiz forması kimi . . . . .	111
Görünməzliklə bağlı təfəkkür və onun sərhədləri . . . . .	115
Fərdlər səviyyəsində təfəkkür . . . . .	129
Təcrübi elm və din: yaradanın qanunları . . . . .	146
<i>Nəticə</i> . . . . .	173
<i>Qeydlər</i> . . . . .	180
<i>Ədəbiyyat siyahısı</i> . . . . .	189



## ÖN SÖZ



Sənin bizə öyrətdiklərimdən başqa bizdə  
heç bir bilik yoxdur. (Quran, 2:32)

Qərbdə psixologiya elmi fərdə zaman və tarixi yaddaş kontekstində yanaşır. Əvvəla, insanın uşaqlıq illəri araşdırılır. Daha sonra uşaqlıq dövründə yaşanan pozitiv və ya neqativ hadisələr tədqiqata cəlb edilir. Çünki uşaqlıq çağı sonrakı mərhələlərə ciddi şəkildə təsir edir. Müasir dövrdə bu istiqamətdə ciddi tədqiqatlar aparılır. Lakin insan ruhu ilə bağlı biliklər, hələ də tarixi-mədəni mühit müstəvisində əldə edilir və dünyəvi düşüncəyə malik insanlar ağıla fərqli aspektdən yanaşırlar. Bu düşüncəyə görə, ağıl dərk edilə bilən və kompüterlərdə süni intellekt alqoritmləri vasitəsilə əldə edilməsi mümkün olan bir sistem və aparatdır. Lakin ağıl yalnız müəyyən orqanların hissələrinin sirli məcmusu deyildir, həm də ürək və ruhla əlaqəlidir. Təbii ki, ağılın potensialı və işləmə mexanizmi daha ciddi araşdırma tələb edir.

Ağılın ölçüləbilən aparat kimi qəbul edilməsi daha asandır, amma təcrübəli mütəxəssislərin ağılı ölçülməsi mümkün olmayan aparat kimi nəzərə alması təhlükəli ola bilər. Qərb dünyası insan təbiəti barədə cavabsız sualların bir gün aydınlaşacağına inanır. Ağılın dərk edilməsi sahəsində bir çox mötəbər alimlərin təqdirəlayiq cəhdlərini də qeyd etmək lazımdır, lakin hələ də kifayət qədər cavabsız

suallar vardır. Gərginlik, narahatlıq, qorxu, intihara cəhd meyilləri kimi dünyanın hər tərəfində müşahidə edilən və daha geniş vüsət alması ehtimal olunan psixoloji problemləri nəzərə aldıqda insan təbiətinin qavranılması üçün daha artıq tədqiqatların aparılması zərurətinə heç bir şübhə qalmır. Psixoloji problemləri olan şəxslərə gəldikdə isə onlara mənəvi qayğı və dəstək göstərilməli, mütəmadi olaraq terapiya aparılmalıdır. Ənənəvi Qərb psixologiyasında ağıl aparat kimi başa düşüldüyündən insan təbiətinin mənəvi (ruhi aspektlərinə) tərəflərinə biganə qalınmışdır. Amma son dövrlərdə bəzi Qərb psixoloqları müsəlmanların və digər kitab əhli olanların insan ruhu ilə bağlı fikirlərinə və ruhun insan həyatındakı vacib roluna əhəmiyyət verməyə başlamışlar. Bu proses həm psixoloji problemlərdən əziyyət çəkən insanlar, həm də yaxşı və pis zamanlarda mənəviyyatın vacibliyini başa düşən şəxslər üçün ümidverici məqamdır.

Malik Bədri bu möhtəşəm kitabda Qərb psixologiyasında spiritualizm (ruhçuluq) yanaşmalarına qarşı biganəlik məsələsinə toxunur. Bədri iddia edir ki, insanlar ağılın ürək və ruhla əlaqələndirilməsinə səbəb olan təfəkkür kimi çox güclü silah və ideyaya sahibdirlər. Təfəkkür etmək və Allahı düşünməklə bəşəriyyəti bəlaya sürükləyən və “ruhun xəstəliyi” kimi səciyyələndirilən psixoloji problemlərdən uzaq ola bilərik. Müəllif tarixi proseslər, Şərqə aid ənənəvi yanaşmalar və bu cəhətlərin müasir psixologiyada əks olunması da daxil olmaqla təfəkkürlə bağlı bir çox məsələyə toxunmuşdur. Xüsusi olaraq qeyd ediləməlidir ki, dərindən fikirləşmək və təhlillər aparmaq İslam ənənəsində təfəkkür səviyyəsinə çatmaq deməkdir. Təfəkkür özünüdərkə yol açır, mənəvi axtarış və ibadətdə Allahı dərk etmə öhdəliyini qabardır. Bir sözlə, kainatı daha aydın formada başa düşməyimizə təkan verir.

Təfəkkürün müstəqil bir elm sahəsi kimi qəbul edilməsi ilə bağlı müzakirə aparmağa ehtiyac yoxdur. Həm intellektual, həm də fəlsəfi-mənəvi təcrübə olan təfəkkür fərdi və ictimai həyatda çox vacib və əhəmiyyətli rola malikdir. Malik Bədri bu fikirdədir ki, fəlsəfi-mənəvi təcrübə psixoloji böhranlardan uzaq olmağa və Allahı dərk etməyə səbəb olur.

Bu kitab ilk dəfə 1991-ci ildə “Əl-təfəkkür min əl-müşabadaһ ila əl-şubud” adı ilə ərəb dilində nəşr olunmuşdur. 2000-ci ildə ingilis dilində çap edilmiş və alimlər tərəfindən yüksək qiymətləndirilmişdir. Bir çox alimə görə, haqqında danışdığımız kitab onların ibadətlərinə müsbət mənada təsir etmişdir. Kitab oxucuların mənəvi tələbatlarını qarşılamaq üçün bir neçə dəfə nəşr edilmişdir. Əsər bir çox universitetdə İslam psixologiyası və təhsili barədə ciddi qaynaq kimi istifadə olunur.

Ümid edirik ki, tutarlı nümunələrlə zəngin olan bu kitab davranış qaydalarını öyrənən elm sahələrinə ciddi töhfə verməklə yanaşı, təqdim olunan ideya və nəzəriyyələrin təhlil edilməsi baxımından mütəxəssislər arasında əməkdaşılığın qurulmasına da təsir edəcək. Onu da qeyd etmək lazımdır ki, hər kəs üçün maraqlı və faydalı mənbə olan bu kitab yalnız mütəxəssislər, alimlər və ziyalı insanlar üçün nəzərdə tutulmamışdır. Bu qiymətli əsər həyatımızın uzun müddətdir yaddan çıxan və biganə qalınan mənəvi ölçüsünün yenidən kəşf edilməsinə də xidmət edir. Kitab müasir dövrün alimləri tərəfindən aparılan təfəkkürlə bağlı tədqiqatlarla tanış olmaq istəyən hər kəs üçün qələmə alınmışdır.

Tarixlər Hicri təqvimlə göstərildikdə HT, Qriqori təqvimi ilə göstərildikdə QT qısaltmaları ilə qeyd edilmişdir. Ehtiyac olduqda ərəb mənşəli sözlər mötərizə içində yazılmışdır.

Təsis edildiyi 1981-ci ildən bu vaxta kimi Beynəlxalq İslam Fikri İnstitutu (BİFİ) bütün dünyada ciddi elmi fəaliyyətlərlə diqqəti cəlb edir. BİFİ müxtəlif elmi tədqiqat proqramları həyata keçirir, seminar və konfranslar təşkil edir, sosial elmlər və teologiya sahəsində elmi kitablar dərc edir ki, həmin kitablar ərəb və ingilis dillərində yeddi yüzdən artıq adda nəşr edilmiş və əsas dillərə tərcümə olunmuşdur.

Biz bu kitaba görə Malik Bədriyə, giriş sözü üçün Ceremi Henzel-Tomasa və kitabın ərsəyə gəlməsində əməyi keçən hər kəsə təşəkkür edirik. Uca Allah onları bu fəaliyyətlərinə görə mükafatlandırsın.

Mart, 2018-ci il

# ÖN SÖZ

*Ceremi Henzel-Tomas<sup>1</sup>*

Malik Bədrinin ilk dəfə 2000-ci ildə BİFİ tərəfindən nəşr edilən “Təfəkkür” əsərinin yenidən nəşr edilməsinə zəruri ehtiyac yaranmışdır.

Təfəkkür mənəvi təmizliyə yol açan, ilahi varlığın mövcudluğunu anlamağa kömək edən, ruhu sakitləşdirən gözəl və səssiz fəaliyyətdir. Problemlərin mənəşəsində sıxılan insanları ehtiyac olunan mənəvi sakitlik, kamillik və rahatlığa aparan məfhumun adı təfəkkürdür. “Bilin ki, qəlblər ancaq Allahı zikr etməklə rahatlıq tapır” (Quran, 13:28).

Təfəkkür sözünün ingilis dilində qarşılığı üçün müəllif “contemplation” sözünə üstünlük vermişdir. Malik Bəd-

<sup>1</sup> Ceremi Henzel-Tomas Kembric Universiteti İslam Elmləri Mərkəzinə tədqiqatçıdır. Kral İncəsənət Cəmiyyətinin və Birləşmiş Krallıqda Müsəlman Sosial Elm Xadimləri Assosiasiyasının üzvü olan Ceremi Henzel-Tomas İslamofobiya və İrəçilik Əleyhinə Forumun ilk sədri olmuşdur. O, Qərbdə İslam dini haqqında təşəvvürlərin formalaşdırılması məqsədilə ABŞ və BK-da tərəfdaş institutlarla əməkdaşlıq edən və BK-da qeydiyyatdan keçirilən Kitab Fondunun yaradıcısı və sabiq icraçı direktorudur. Hal-hazırda “Kritikal Muzlim” (“Critical Muslim”) jurnalının redaktor müavini olan Ceremi Henzel-Tomas “İslamika” (“Islamica”), “Emel” (“Emel”) və “Tayms” (“The Times”) jurnalları ilə də əməkdaşlıq edir. Edinburq Universitetində tətbiqi dilçilik sahəsi üzrə mühazirələr oxumuşdur. O, filologiya və psixolinqvistika sahəsindəki təcrübələrini İslam dini və müsəlmanlarla bağlı müasir məsələlərin izah edilməsi, sosial-mədəni və təhsil kontekstində dialoqun inkişafına nail olmaq isiqamətində istifadə edir.

ri ingilis lüğətlərində “contemplation” və “meditation” (meditasiya) sözlərinin sinonim kimi verildiyini, amma “meditation” sözünün daha çox “Şərq dinlərində spiritualizm” konteksti ilə əlaqələndirildiyini və bu səbəbdən də təfəkkür sözü üçün müvafiq ekvivalent olmadığını qeyd edir. Şərq dinlərində meditasiya təcrübəsi “fərqli şüurlu vəziyyətlərə” nail olmaq üçün sistemli düşünməkdən yayınmaq anlayışını ehtiva etsə də, təfəkkür rəşional ağıl, emosiya və ruhun birlikdə cəlb olunduğu koqnitiv-mənəvi fəaliyyətdir. Meditasyaya əsaslanan təfəkkür dedikdə “dərinə fikirləşmə” başa düşülür. Əslində, bu proses mahiyyət etibarilə mənəviyyat (ruhani bir proses) çərçivəsində baş verir. Təfəkkür insanların yaradılışla bağlı görünən işarələri (ayələri) dərk etmələri üçün Rəhman və Qadir olan Allahın Quranda mütəmadi olaraq insanlar üçün xatırlatmalar etməsinin əks olunduğu ibadətin bir növüdür. Bu işarələr insanlara Allahın mövcudluğu və qeybin dəlili kimi göstərilir. “Quranın haqq olduğu onlara aydın olana qədər, Biz dəlillərimizi onlara həm kainatda, həm də onların özlərində mütləq göstərəcəyik” (Quran, 41:53). Təfəkkürün daha yüksək mərtəbələri tadabbur (dərinə fikirləşmək) və tavassumdur (təbiətdəki işarələri müşahidə və dərk etmək). Bunlar da birbaşa qavrama və ya “qəlb gözü ilə görmək” kimi daha üstün qabiliyyətlərlə əlaqəlidir. Bu, tənqidi təfəkkürün komponentləri olan məntiqi və analitik düşüncədən çox, ali məqsədə xidmət edən prosesdir, çünki buradakı əsas məqsəd Allahı dərk etmə və mənəvi inkişafdır.

Qərb mədəniyyətində yeddi böyük günah arasında olan tənbellik ənənəvi olaraq miskinlik və avarılıqla əlaqələndirilir. Brayan Torn (Brian Thorne) isə qeyd edir ki, bu məsələ birbaşa Allahı unutmqla bağlıdır. Ərəb dilində unutqanlıq mənasında istifadə olunan “nisyan” sözü

bəşər övladı mənasını verən “insan” sözünü ifadə edir. Bu məqam onu göstərir ki, unutmazlıq insana məxsus xüsusiyyətdir. Torn vurğulayır ki, biganəlik və vecsizlik Qərb insanların həyatlarının bir parçasına çevrildiyi üçün müasir dövrdə kollektiv depressiya sürətlə yayılır. O, kütləvi depressiya nəticəsində insanların terapiya otaqlarında psixoloqların növbəsinə durmasını da xüsusi olaraq qeyd edir. Hər hansı tənbel olmayan insan həddən artıq məşğuldur. Buna görə də insanlar yaradılışdakı ilahi hikməti və yer üzündə yaşamalarının məqsədlərini unuda bilərlər. Təbii ki, bu xəstəliyə tutulanlar ancaq Qərb insanları deyillər və qatı materializmin hakim kəsildiyi bütün müasir cəmiyyətlərdə bu vəziyyət müşahidə edilir.

Brayan Tornun kitabı 2003-cü ildə nəşr olunmuşdur. O, müasir dövrdə narahatlıq, gərginlik, sayrısan hallar nevrozu və intihar kimi psixoloji xəstəliklərin geniş miqyasda təzahürünü “kollektiv depressiya” ilə əlaqələndirir. Yuval Nuh Harari (Yuval Noah Harari) son zamanların ən çox satılan kitablarından olan “Home Deus”da (“İnsan Tanrı”) müasir dünyada insanların intihar etmə ehtimalının hər hansı bir münaqişədə ölmə ehtimalından daha yüksək olduğunu yazır. Mətbuat orqanlarında mütəmadi olaraq qanlı qarşıdurmalar, münaqişələr, zorakılıqla bağlı sensasiyalı xəbərlər təhlükəli bir dünyada yaşadığımızı göstərir. Bu baxımdan yuxarıda qeyd edilən ehtimal çox təəccüblü görünə bilər. Müasir Şərq və Qərb cəmiyyətlərində tarazlaşdırılmamış həyat tərzinin doğurduğu qorxu, narahatlıq, bədbəxtlik və ümitsizlik hallarının sürətlə yayılmasının və insanların mənəvi ehtiyaclardan uzaq qalmasının qarşısının alınması üçün təcili çarələr tapılmalıdır.

İnsan ruhunun potensialını psixologiyanın daha ali məqsədlərinə uyğunlaşdırmaq bu günün əsas vəzifələrindən biridir. Malik Bədri də bu mövzuya həssaslıqla

toxunaraq məsələnin əhəmiyyətini vurğulamışdır. Şübhəsiz ki, meditasiyaya əsaslanan təfəkkür fərdlərdə müsbət dəyişikliklərə səbəb ola bilər və daha yaxşı cəmiyyətlərin qurulmasına töhfə verir.

Humanist duyğulardan və psixoloji, emosional, mənəvi inkişafdan məhrum ekstremistlər tərəfindən İslam dini haqqında səhv fikirlərin formalaşması çox geniş vüsət aldığından ümumbəşəri dəyərləri özündə ehtiva edən müqəddəs dinin yenidən təbliğ edilməsinə çox böyük ehtiyac var. Ən vacibi isə budur ki, ağıl və təfəkkür meditasiya və düşüncə nuruna bələnmiş və Allahın varlığını xatırlayan ürəklə birlikdə insan təbiətinin potensialını ifadə edə bilər.

Bunu da qeyd edək ki, təfəkkür ali məqsədlərini unudan cəmiyyətlərdə hökm sürən kollektiv depressiyanın, dözümsüzlüyün, xurafatın, ekstremizmin bütün formaları ilə əlaqəli olan qəddarlığın qarşısını almaq üçün əhəmiyyət kəsb etmir. Bu, İslam dini haqqında təsəvvürləri ancaq səhv qanunlar və qadağanedicilər tabular çərçivəsində olan şəxslərin məlumatlandırılması üçün mənəvi təcrübə metodologiyasıdır.

Müsəlman cəmiyyətlərində geniş vüsət alan intellektual durğunluğun qarşısının alınması üçün əsas vasitə təhsil islahatları olsa da, bu problem tənqidi təfəkkür anlayışının qəbul edilməsi nəticəsində həll oluna bilər. Amma Malik Bədri haqlı olaraq qeyd edir: “İslam dünyasında ən böyük problemlərdən biri də müsəlmanların müasir elmin bütün sahələrində Qərbdən asılı vəziyyətdə olmalarıdır”. Daha acınacaqlısı isə budur ki, təhsil sahəsində fəaliyyət göstərən müsəlmanlar da həmişə öz missiyalarının Qərbə aid inkişaf və innovasiyalar çərçivəsində olmadığını qeyd edir və “ali” Qərb məramlarına “uyğunlaşmağa” cəhd edirlər.

Təbii ki, müsəlman dünyasında tənqidi təfəkkür də daxil olmaqla pedaqoji fəaliyyət və öyrənmə mədəniyyəti sahəsində ciddi islahatlar və yeniliklərə ehtiyac vardır. Lakin Qərb təhsil sistemi də mükəmməl deyil. Ali təhsil sahəsində dünya reytingində iki əsas ölkə olan ABŞ və Birləşmiş Krallıqda ümumi orta təhsillə bağlı aparılan müşahidələr göstərir ki, müəllimlərin danışıqlarının təxminən on faizi koqnitiv fəaliyyətləri ehtiva edir və alternativ məsələlər qrup müzakirələri nəticəsində ortaya çıxır. Əsas diqqət düzgün cavabların əldə edilməsinə yönəldilir. Müasir Qərb təhsil sistemi Neyl Postman (Neil Postman) və Con Teylor Qatto (John Taylor Gatto) kimi şəxslər tərəfindən tənqid edilir. Onların araşdırmaları göstərir ki, Qərb təhsil sistemində iqtisadi fəaliyyətlər yanlış olaraq əsas əhəmiyyət kimi təqdim edilir və şagirdlərin iqtisadiyyat məhsulunun tərkib hissəsinə çevrilməsinə səbəb olan proqramlar tətbiq edilir. Bu sistem nəticəsində məzmun olan şagirdlər materialist düşüncəyə malik olurlar. Onlar yaradıcılıq, təxəyyül, özünüdərk, intellektual axtarışlar aparmaq qabiliyyətindən məhrum olduqları üçün tənhaləşirlər.

Ali mənəvi dəyərlərdən uzaqlaşdırılan yaradıcı və tənqidi təfəkkürün inkişaf etdirilməsi təhlükəli nəticələrə səbəb ola bilər. Bu cür təfəkkür aparıcı təhsil sistemləri və idealogiyalarda mövcud olan materialist və mənfəətpərəst məqsədlərə xidmət edir.

Bu da xüsusi olaraq qeyd edilməlidir ki, insanların intellektual qabiliyyətləri düzgün qiymətləndirilmədikdə və canlıların yaradılmasının əsl məqsədlərini izah edən mənəvi və dini yanaşmalar nəzərə alınmadıqda təfəkkürün inkişaf etdirilməsinə istiqamətlənən təhsil fəaliyyətləri reduksiyanizm səviyyəsini aşmır. Reduksiyanizm isə ancaq elmi və texnoloji inkişaf üçün vacibdir, amma insan ruhunun ehtiyaclarının qavranılması üçün yetərli olmayan

məntiqi qavrama, argumentlərin irəli sürülməsi və təhlil kimi intellektual funksiyaların inkişaf etməsinə səbəb olan prosesdir.

Məhəmməd Əsəd “Quranın çağırışı” adlı məşhur əsərinin giriş hissəsində Avropada araşdırma mədəniyyətinin dinamik inkişafının əsas mənbəyinin Quran olduğunu qeyd edir: Şüur və bilik kimi mövzulara həddən artıq marağın olması intellektual, müstəqil araşdırma meyillərinin artmasına və yeni cərəyanın yaranmasına səbəb olmuşdur. Bu da öz növbəsində mədəni inkişafın zirvəsində olduğu vaxtda İslam dünyasında elmi araşdırmaların aparılması və öyrənmə mühitinin yaranmasının yeni dövrə qədəm qoyması ilə səciyyələnmişdir. Quranla inkişaf zirvəsinə çatan bu tendensiya orta əsrlərdə müxtəlif yollarla Avropaya və bizim İntibah adlandırdığımız, elm əsri kimi təsvir olunan dövrün yaranmasına təsir göstərmişdir. Bədri öz əsərində Robert Briffault (Robert Briffault), Corc Sarton (George Sarton), Qustav le Bon (Gustave le Bon) və Uil Durant (Will Durant) kimi tarixçilərin İslam dininin Qərb sivilizasiyasına olan təsirini qəbul etmələri faktını qeyd edir. Malik Bədrinin kitabının nəşr edilməsindən sonra bir çox nüfuzlu müəlliflərin öz əsərlərində Qərbin inkişafında İslamın təsiri ilə bağlı qərəzli fikirlərinə düzəlişlər etmələrinə şahid olmaq da məmnuniyyət doğuran məqamlardandır. Bura Cek Qudi (Jack Goody) tərəfindən dərc edilən qərəzli silsilə tənqidlər, Conatan Lyonsun (Jonathan Lyons) müəllifi olduğu “Ərəblər Qərb sivilizasiyasını necə dəyişdirdilər?” adlı tədqiqat işi və Con Hobsonun (John Hobson) apardığı araşdırmalardan sonra qələmə aldığı mükəmməl elmi iş olan “Qərb sivilizasiyasında Şərq izləri” kimi fundamental materiallar daxildir.

Quranın mahiyyətindən qaynaqlanan dinamik öyrənmə və araşdırma prosesi Renessans dövrünün rəşadət və

elmi konsepti ilə məhdudlaşmır. Bəzi müasir Qərb modelləri vasitəsilə yeni fikir və görüşlər irəli sürülmüşdür. Psixoloq Beri Şvortz (Barry Schwartz) və təhsil mütəxəssisi Robert Fişerin (Robert Fisher) ideal tənqidi düşüncəyə malik insanların sahib olmaları üçün zəruri hesab etdikləri intellektual məziyyətlər mənəvi ölçüləri əhatə edən cəhd kimi qiymətləndirilir. Lakin bu modellər əsas diqqəti ağıl və analitik düşünmə texnikalarına verməklə fəaliyyətlərini məhdudlaşdırırlar. Yuxarıda qeyd edilən məziyyətlərə həqiqəti əldə etmə prosesində səmimiyyət və vicdanlı olmaq, heç bir qərəz olmadan dəlilləri əldə etmə öhdəliyi, digər insanların şərəf və ləyaqətinə, alternativ fikir və düşüncələrinə hörmət və ehtiramla yanaşma daxildir. Müsəlmanlar barədə hər hansı bir məsələ ilə bağlı fikir ayrılığı müşahidə olunduqda hər kəsin öz fikrini müvafiq İslam etikasına əsasən ifadə etmə prinsipi əsas götürülür.

İslam ənənəsində əql (intellekt) fikirləşmək, araşdırma aparmaq, təhlil etmək, tərif etmək, fərqləndirmək, konseptləşdirmək, nəzəriyyə irəli sürmək və müzakirə aparmaq kimi dilə əsaslanan düşünmə və ya rəşional imkanlarla məhdudlaşmır. Təbii ki, bu, əqlin yuxarıda qeyd edilən mənada əhəmiyyətini inkar etmək mənasına gəlməməlidir. Quranın bu ayəsi məsələnin əhəmiyyətinin başa düşülməsi baxımından vacibdir: "Allah Adəmə bütün şeylərin adlarını öyrətdi" (Quran, 2:31). Məhəmməd Əsəd "bütün şeylərin adları"nı insanların dəqiq qərar vermələri üçün onlara məntiqli təsvir etmək qabiliyyətinin bəxş edilməsi kimi şərh edir. Əsəd vurğulayır ki, bu qabiliyyət Adəm peyğəmbəri və onun varislərini mələklərdən də üstün səviyyəyə ucaldır. Ağılın funksiyası yalnız ziddiyyətli və mücərrəd təfəkkürlə (latın. ratio, yun. dianoia) məhdudlaşmır, təfəkkürün daha yüksək mərtəbəsi və mənəvi zəka (latın. intellectus, yun. nous) səviyyəsini də

ifadə edir. Kərim Krou (Karim Crow) əql termini ilə ifadə olunan zəka konseptinin əsas komponentlərindən birinin saf emosiyalar vasitəsilə daha güclü intellektə malik olmaqla nəticələnən və vicdanları təmizləməyi, rahatlatmağı öyrədən etik-mənəvi qabiliyyət və gizli güc olduğunu qeyd edir. Krouya görə, bilik və qavramanın (və emosional, sosial və mənəvi zəkanın) kombinasiyası ənənəvi olaraq kamillik, ariflik terminləri ilə ifadə olunur və “insanların səmimiyyəti, vicdanı və səmərəli davranışları” olaraq bəyan edilir. Titus Börkhardt (Titus Burckhardt) qeyd edir ki, əql sözü təcrübədə birdən artıq səviyyə üçün tətbiq edilir. Bu, ümumi intellektin birbaşa inikası ilə ağılın məhdudlaşdırıcı sərhədləri aşma prinsipidir, yəni universal intellektədir. Siril Qlasseyə (Cyril Glassé) görə, İslam fəlsəfəsində ən yüksək və metafiziki mənada istifadə olunan “əl-əql” intellekt səviyyəsinin aşılması platonizm və neoplatonizmdə başa düşülən intellekt və ya nous sözləri ilə müvafiqlik təşkil edir və insanların reallığı qəbul etməsinə imkan yaradır. Bu, Quranda ruh adlanır və bunun sayəsində birbaşa qavrama mümkün olur və ya hadisələr insanların kiçik dünyası müstəvisində dərk edilir.

Quranda insanların Allahı və onun yaratdıqlarını anlamaları üçün gözlərin, qulaqların və ürəklərin düzgün istifadə olunmasının əhəmiyyəti ilə bağlı çox sayda ayələr mövcuddur: “Allah sizi analarınızın bətnindən heç nə anlamadığınız bir halda çıxartdı, sizə qulaq, göz və ürək verdi ki, bəlkə şükür edəsiniz” (Quran, 16:78), “De: “Sizi yaradan, sizə qulaq, göz və ürək verən Odur. Necə də az şükür edirsiniz!”” (Quran, 67:23).

Burada söhbət müxtəlif səviyyələrdən gedir. Müşahidə edərək və eşidərək ətraf mühiti birbaşa dərk etmək üçün istifadə olunan xarici duyğu orqanları (göz, qulaq) və insanların ilahi mənaları qavramaları, dərk etmələri və duy-

maları ("afidah" (cəmdə "fuad") termini ilə ifadə olunur). Məhəmməd Əsəd "fuad" sözünün "ağıl-ürək" birləşməsi mənasına gəldiyini qeyd edir və bu sözün "ağıl", "ürək", "ağıllı, kamil ürək" kimi tərcümələrini təklif edir. Yusif Əli isə bu terminin ekvivalentinin bəzən "ürək və intellekt" olduğunu yazır. Burada istifadə olunan ürək kəlməsi hiss və duyğular üçün ifadə edilən ürək məfhumu olmayıb uzaqgörənlik, təsəvvür etmə, intuisiya, dərindən düşünmə kimi mənaları özündə birləşdirən koqnitiv və qavrama kimi anlayışları ehtiva edir.

Maarifçilik dövrü öz inkişafına görə Quranın təsiri altında İslam sivilizasiyasında formalaşan müstəqil araşdırma və empirik (təcrübəyə əsaslanan) müşahidə ənənələrinə borcludur. Xatırlatmaq istərdim ki, bəşəriyyət həmin dövrdən çox faydalanmışdır. Malik Bədrinin İslamın bütün mənəvi maarifçilik fəaliyyətlərindən daha üstün zirvədə olduğunu xatırlatması çox yüksək qiymətləndirilməlidir. O yazır ki, bütün maarifçilik fəaliyyətləri təbii ardıcılığa uyğun olaraq İslam mədəniyyətindən daha aşağı səviyyəni əhatə edir. İslam maarifçiliyi daha geniş mənada İslamda təhsilin həm mənbəyi, həm də məqsədidir, çünki İslam dünyanın hər yerində müsbət insanlıq keyfiyyətlərinin ortaya çıxarılmasına istiqamətlənmiş bütün təhsil sistemləri üçün mükəmməl vasitədir. Bu, rəşadət gücü təcrübədən, mənəvi dəyərlərdən və vicdandan ayırmayan insanlar üçün əsas prinsipdir.

Kitabın adının ikinci hissəsi isə (İslam dininin psixologiya və spiritualizm aspektindən təhlili) əsas fikirlərdən birinin izahı üçün vacibdir. Bədri bunu belə izah edir: "Psixologiya İslam nurundan faydalanan elmlərdən biri hesab edilir və insan ruhuna xas olan gücü öyrənməyi qarşıya məqsəd qoyur". Buna görə də Malik Bədri nüfuzlu müasir psixologiya məktəbləri tərəfindən ruhun möv-

cud olmasını inkar etmək və insanların xarici impulslar çərçivəsində fəaliyyət göstərən aparatlar olması barədə səsləndirdikləri fikirlərə qətiyyətlə qarşı çıxır. Bədri bu düşüncələrin məhdud tərəflərini və ziddiyyətli məqamlarını müəyyən edir.

Müəllif psixologiyanın sırf eksperimental elm olduğunu göstərmək üçün insanların intellektual və mürəkkəb fəaliyyətlərini müəyyən impulslar səviyyəsinə endirən davranışçı düşüncə (biheaviorizm cərəyanı) məktəbi nümayəndələrinin fikirlərindən tamamilə uzaq qalmaq metodu seçmişdir. Malik Bədri məşhur britaniyalı alim Siril Börtün (Cyril Burt) “müasir psixologiya həm ruhunu, həm də vicdanını itirdikdən sonra aqlını da itirib” fikri ilə razılaşdığını bildirir. Müəllif materialist düşüncəli insanların psixologiyaya materializm donu geyindirmək istəmələrini və insan davranışını dar nəzəri çərçivəyə salmaq cəhdlərini tənqid edir. Bu cür insanların iddiaları belədir: “Düşünən beyin sadəcə beynin quruluşundan və onun elektrokimyəvi reaksiyalarında baş verənlərin inikasından başqa bir şey deyil”. Müəllif bu cür iddiaların əsassız olduğunu göstərir.

Malik Bədri impulsar və onlara reaksiyaların verilməsinin öyrənmə və mənimsəmə proseslərində bəzi məqamlara aydınlıq gətirməsi faktını qəbul edir. Buna baxmayaraq, bu prosesin sosial psixologiya, humanist psixologiya, qavrama, dil öyrənmə kim sahələrin tədqiq edilməsinə və insan davranışının dərin və kompleks cəhətlərinin dərk edilməsinə çox az töhfə verdiyini və ya heç bir kömək etmədiyini izah edir. Ənənəvi nevropsixiatriya da şüurlu dərk etmənin və seçim azadlığının əhəmiyyətini və sözün əsl mənasında şəxsiyyət olmaq üçün əsas faktorlardan olan mənəvi standartların dəyərini azaldır. Bədri yazır: “Şişirdilmiş bioloji yanaşmada iddia olunur ki, insanların

etdiyi normal və ya anormal olan hər şey tamamilə genlər, sinir sistemləri və irsi biokimya tərəfindən idarə olunur”.

Müəllif insanları xarici impulslar və ya bioloji, biokimyəvi faktorların təsiri ilə idarə olunan mexaniki varlıq səviyyəsinə salan dünyəvi Qərb psixologiyasının davranışçı və nevropsixiatriya məktəblərini qəbul etməməklə yanaşı, həmçinin Ziqmund Freyding psixoanaliz fikirlərinə əsaslanan mürəkkəb koqnitiv fəaliyyətlərin və hisslərin süni şəkildə həddən artıq sadələşdirilməsi cəhdlərini və “bizim şüurlu düşünməyimiz və hisslərimiz sadəcə olaraq qeyri-ixtiyari və mənliyimizi müdafiə edən mexanizmlərin refleksidir” fikrini qətiyyətlə rədd edir.

Müəllif Qərbin nevropsixiatriya və psixoanaliz yanaşmalarını tənqid etməklə kifayətlənmir. Həmçinin gələcəyin elmi kimi qələmə verilən “müasir koqnitiv inqilab”da insan davranışlarının dar çərçivədə izah olunduğunu da vurğulayır. Malik Bədri diqqəti insanların daxili-koqnitiv fəaliyyətlərində kök salan mənəvi komponentlərə biganə qalınması faktına yönəldir: “Müasir psixologiyada əsl inqilab dünyəvi cəmiyyətlərdə yaşayan insanların uzun müddətdir biganə qaldıqları mənəvi aspektləri yenidən kəşf etmələri nəticəsində baş verəcək. Bunun üçün də bu sahəni (psixologiyanı) məhdud elmi və tibbi modellərin məngənəsindən xilas etməklə mahiyyətinin düzgün izah edilməsi lazımdır”. Titus Börkhardt məşhur “Müasir psixologiya” əsəsində bu fikirlərlə razılaştığını bildirir: “Müasir psixologiyada ən ciddi çatışmazlıq ruhun daha böyük kontekstdə nəzərə alınmasına imkan verən meyarların olmamasıdır”. Bu məhdudiyyət isveçrəli klinika psixoloqu Cin Piyetin (Jean Piaget) yazdığı əsərdə də öz əksini tapmışdır. Piyet inkişaf psixologiyası sahəsində əsas simalardan biridir. O, uşaqlar və yaşlılarda düşüncə, dil və zəka ilə bağlı araştırmalarının nəticələrinə əsaslanan

nəzəriyyə hazırlamışdır. Burada uşaqların ilk iki ilində müşahidə olunan sensor-motor zəkası səviyyəsindən başlamaqla sonrakı illərdə daha güclü, mücərrəd, intellektual düşünmə səviyyəsi tədqiq edilmişdir. Daha dəqiq desək, fərziyyə və deduktiv metoda əsaslanan təfəkkür səviyyəsinin və müxtəlif mərhələlərin xəritəsi hazırlanmışdır. Koqnitiv psixologiya sahəsində alim olan Qay Klakston (Guy Claxton) vurğulayır ki, Piqetin mərhələ nəzəriyyəsi əsasında zəkanın ən yüksək formasının ağıl və məntiq əməliyyatlarının olması haqda fikir formalaşdırmaq mümkündür. Uzun müddət onun (Piqetin) təsiri altında olan təhsil işçiləri belə bir fikirdə israr edirdilər ki, məktəblər və bağçalarda uşaqların öz duyğu və intuisiyalarından uzaq qalmalarını təmin etməklə onların düşünmək və izah etmək fəaliyyətlərinə üstünlük verilməlidir. Bu cür təhsil müəssisələri öz işlərini uzun müddət bu istiqamətdə qururdular. Bəzi inkişaf və təhsil psixologiyası ilə məşğul olan mütəxəssislər dialoji mühakiməni və dialektikanı koqnitiv inkişafın zirvəsi hesab edirlər, çünki zidd fikirlərin və paradoksların qəbul edilməsi ikifikirliliyə qarşı dözümlülüklə nəticələnir.

Şübhəsiz ki, əksər argumentlərin qeyri-səhih informasiyalara əsaslandığı və fərqli düşüncələrin ideoloji qütblərin yaranması ilə nəticələndiyi müasir dövrdə bu intellektual qabiliyyətlər dəyərlidir, amma bu dəyərlər Malik Bədri-nin mənəviyyat komponenti adlandırıdığı anlayışlardan məhrumdur. Koqnitiv psixologiyada müəyyən tərəqqi meyllərinin spiritualizm psixologiyasına töhfə verməsinə baxmayaraq, İslam dini və bütün mənəvi ənənələr nöqtəyi-nəzərindən insanın koqnitiv inkişafının zirvəsi inkişaf səviyyəsindən asılı olmayaraq mücərrəd mühakimə, məntiq və dialektik düşüncə müstəvisinə salına bilməz.

Söhbət Bədri tərəfindən təsəvvür edilən psixologiyadan düşmüşkən, Karl Yunqun (Carl Jung) əsasını qoyduğu dərin psixologiya mövzusunə də toxunmaq istərdim. Karl Yunq nüfuzlu elm adamı olsa da, onun əsərləri (Freyddən ayrıldıqdan sonra) bu inqilab üçün “səhv şəfəq” hesab edilməlidir. Malik Bədri insan davranışlarını cinsi və aqressiv instinktlərlə əlaqələndirən Freydin klassik psixoa-nalizində şüurlu düşünmənin əhəmiyyətinin kiçildilməsi-ni müzakirə edir: “Freyd dini illüziya və nevroz adlandı-rır!” Amma Börkhardtın da vurğuladığı kimi, Karl Yunq müasir elmin sərt materialist çərçivəsini qırsa da, bura-da hiss olunan amil ruhla əlaqəli olmayıb psixi amillərlə bağlıdır. Hətta Karl Yunqa görə, metafizika fərziyyələrin qeyri-müəyyənlik kontekstində irəli sürülməsidir. Başqa sözlə desək, insanın özünü tanıması üstün olma prinsipi ilə yox, psixoloji proseslərin nəticəsi ilə mümkündür. Yunqun spiritualizm psixologiyası sahəsinə toxunması ilə bağlı ümidlər onun “psixoaanaliz ancaq müasir dövrdə etibarlı olan təşəbbüsləri təmsil edir” fikrini bəyan etməsin-dən sonra puç olur.

Karl Yunq təxəyyülün əhəmiyyəti ilə bağlı Freyddən fərqli mövqe (müsbət mənada) nümayiş etdirsə də, təxəyyülün ən yüksək səviyyəsinin ilahi ilham kimi qəbul edil-məsi düşüncəsini rədd etmişdir. Bədri tərəfindən “təhtəl-şüur instinktlərin yerinə yetirilməsi arzusu”, “beyinin la-zımsız məlumatları uzaqlaşdırmaq cəhdləri” və ya “beyin tərəfindən məna donu geyindirilən mənasız təsadüfi sinir qıcıqlanmaları” kimi təsvir edilən dar psixoaanaliz təhlil-ləri ilə müqayisədə Karl Yunq məsələyə daha məntiqli yanaşma nümayiş etdirmişdir. Amma bu münasibət ən yaxşı halda metafizika sərhədlərini aşmayıb kollektiv təh-təlşüurda kök salan “arxetip” səviyyəsində qalmışdır.

Börkhardtın dediyi kimi, insanın mənəvi potensialının zəif müstəvidə təqdim edilməsi reduksiyonist Qərb yanaşması tərəfdarlarının güclü “psixologizmi” ilə birbaşa əlaqələndir. Quranda mühakimə, ağıl, dərk etmə ilə bağlı aşağıdakı heytrətamiz ayələr buna çox gözəl cavab hesab edilməlidir: “Hər kəs onu qova-qova məhsərə gətirənlə və bir də əməllərinə şahidlik edənlə birlikdə gələcəkdir. Sən bu gün haqqında qəflət içində idin. Amma Biz pərdəni sənin üzündən qaldırdıq. Sən bu gün çox yaxşı görürsən!” (Quran, 50:21-22). Bununla da bizə agah olur ki, insanlar öz eqolarının qurbanı olmayıb ilahi mesajlara sidq-ürəkdən inanmalı və Məhəmməd Əsədin ifadə etdiyi kimi, “qaid”dən, yəni insan təbiətindəki iki əsas qüvvədən hali olmalıdır.

Bizim əsas istəklərimizi, instinktiv həvəslərimizi, ehtirasımızı, qarşısıalınmaz arzularımızı tətikləyən güc vardır. Məhəmməd Əsədə görə, bu vəziyyətin tərfi üçün müasir psixologiyada “libido” (cinsi istək, həvəs) terminindən istifadə olunur. Bəzi insanlar bu qənaətdədirlər ki, bu cür ehtiyaclar Freyding “cinsi tələbat”la bağlı dar konsepsiyası çərçivəsində nəzərə alınmamalıdır. Bu mövzu Yunqun təhtəlsüür instinktlər və istəkləri əks etdirən daha geniş “psixi enerji” yanaşmasına əsaslanıb təhlil edilməlidir. Məhəmməd Əsəd yazır ki, “libido”, adətən, “şeytan” kimi simvolikləşdirilir və bu hal nəfsi-əmmarə, yəni nəfsin aşağı mərtəbəsi kimi də nəzərə alın bilər.

Məhəmməd Əsədin izahları göstərir ki, bu iki zidd qüvvə arasında həm intuisiyaya əsaslanan, həm də fikirləşmək qabiliyyətinə malik olan ağılınız dayanır. Bununla da biz şüurumuzun dərin qatlarının oyanmasına və mənəvi gözümüzün qarşısındakı pərdələrin qaldırılmasına nail olur və həqiqəti dərk edirik. Bu şüurlu oyanış insanların ali –

rasional, təsiredici, dərkətmə funskiyasına malik və mənəvi – qabiliyyətlərinin məcmusudur.

Malik Bədri insan ruhu və mənəvi ehtiyaclarla əlaqəli meyarların müəyyən edilməsi ilə bağlı mütəmadi uğursuzluqlar müşahidə olunan dünyəvi psixologiyada müasir koqnitiv inqilaba haqlı olaraq tənqidi prizmadan yanaşsa da, əqli proseslərin tədqiq edilməsində koqnitiv psixologiyanın əhəmiyyətini də vurğulayır: “Təkmilləşməmiş koqnitiv psixologiya sahəsi davranış mədəniyyətinin hakim kəsildiyi ilk psixologiya məktəblərinin diqqət mərkəzində olan əsas məsələ idi və bu səbəbdən də insanların şüurlu vəziyyətdə olması, onların duyğuları, düşündükləri məsələlər və beyinin strukturu bunun əsas predmeti idi”. Koqnitiv psixologiyanın və diqqət, yaddaş, qavrama, problemlərin həll edilməsi, yaradıcılıq, zəka, düşünmə, dilin istifadəsi kimi fərqli sahələrin inkişaf etməsi sayəsində insan beyninin fəaliyyətləri ilə bağlı çox məlumat əldə edilmişdir. Bu inkişafın təhsil, inkişaf, sosial, şəxsiyyət psixologiyalarına olan müsbət töhfəsi danılmazdır. Bu mövzuda Qardner (Gardner), Qolman (Goleman), Sternberq (Sternberg), Klakston (Claxton) və Kahnmen (Kahneman) tərəfindən qələmə alınan əsərlər olduqca əhəmiyyətlidir.

Bununla belə, spiritualizm psixologiyası Bədrinin də haqlı olaraq vurğuladığı kimi, mənəvi maariflənmə üçün əsas olan qabiliyyətlərin inkişaf etdirilməsi ilə birbaşa əlaqəli olmalıdır: “Müsəlmanlar mənəvi maariflənmə və ilahi varlığı dərk etmə mərhələsi üçün səyahətə başladığında və sadıq abidlərin keçdiyi mənəvi yolla getmək istədikdə görəcəklər ki, ən yaxşı seçim dərin meditasiyaya əsaslanan təfəkkürdür”.

Mənəvi inkişaf Məhəmməd peyğəmbərin (Allahın rəhməti onun üzərinə olsun) böyük cihad (cihadı əl-əkbər)

adlandırdığı və insanın öz nəfsi ilə mübarizəsi və ya yuxarıda da Quranın Qaf surəsinin 21 və 22-ci ayələrinə istinadən yazdığım kimi, nəfsi-əmmarə ilə də bağlıdır. Sabit ideyalar və reflektiv vərdişlərə əsaslanan sürətli və şərti təfəkkürün müəyyən edilməsi üçün koqnitiv psixologiyanın təcrübəyə əsaslanan nəticələrini qəbul etmək olar. Bu prosesin nəticəsində qeyri-dəqiq fikirlərin və məcburiyyətliyətlərin Quranın bir çox ayəsində “qulaq, göz və ürək verilmiş” olaraq təsvir edilən insanların öz potensiallarını tam olaraq dərk etmələrinə necə mane olduğunu anlaya bilərik: “Həqiqətən də, insanlar nəfslərində olanı dəyişmədikcə, Allah da onlarda olanı dəyişməz” (13:11). İnsanların özlərini ciddi şəkildə sorğu-sual etməsi Qərb koqnitiv psixologiyasından qaynaqlanan özünümühakimə ilə bağlı ola bilər, amma bu cür mənəvi keyfiyyət insanların daha yaxşı xüsusiyyətlərə malik olmaları üçün özünütənqid kontekstində şüurlu şəkildə özlərini mühakimə etmələrinin təlqin olunduğu ənənəvi İslam təcrübəsində mövcuddur. İnsanların özlərini mühakimə etməklə qüsurlarını görmələri və psixologiya nöqtəyi-nəzərindən şərti və məcburi xüsusiyyətlərdən agah olmaları koqnitiv psixologiya və İslamın psixi-mənəvi təcrübəsi arasında bütünləşdirici əlaqənin yaradılması baxımından gözəl nümunə ola bilər.

Bütün bu təfərrüatlar diqqəti Malik Bədrinin kitabının ana fikrindən – təfəkkürün mənəvi mahiyyətindən yayındırmağa xidmət etməməlidir. Birinci kitabın giriş hissəsində müəllif İslamda təfəkkürün bu forması ilə iyirminci əsrin son onilliklərində Qərbdə çox sayda tərəfdarı olan transsendental meditasiya kimi digər təcrübələr arasında müqayisələr aparmışdır. Tədqiqata cəlb edilməli müasir kontekstlər hələ də mövcuddur və ilk nəşrdən sonra Qərbdə “özünüdərk” məsələsinə daha artıq maraq müşahidə olunur.

İnsanın özünü dərk etməsinin kökləri mənəvi kamiliyə nail olmaq üçün buddizmdə müşahidə olunan dərin meditasiya ilə əlaqəlidir. Amma yoqa kimi Şərq dinlərindən qaynaqlanan spiritualizm fəaliyyətlərində olduğu kimi Qərbdə də ilahi reallığı şüurlu şəkildə dərk etmək missiyası daşıyan mənəvi fəaliyyətlərin vaxt keçdikcə fiziki sağlamlıq məqsədlərinə xidmət edən terapiya ilə əvəz olunması tendensiyası da danılmaz faktdır. Bəzən də bu fəaliyyətlər müəyyən hərəkətlər vasitəsilə çeviklik və ya fiziki gücə nail olmaqdan başqa heç bir məna kəsb etmir. Bütün bunlar özünüdərk prosesinin mövcud vəziyyəti nəzərə almaq və ya stressi, gərginliyi, depressiyanı və hətta narkotik maddələrə bağlılığı azaltmaq nöqtəyi-nəzərindən əhəmiyyətsiz olması mənasına gəlməməlidir. Amma bu təcrübənin təməlində dayanan ilahi məqsədlərə biganə qalınır, mənfi davranışların və stressin qarşısının alınması üçün sırf elmi eyni zamanda dünyəvi metod olaraq istifadə edilir. İnsanlar haqqında danışdığımız prosesin mahiyyətindən tamamilə uzaqlaşaraq bu təcrübəni fani dünyada şəxsi nailiyyətlərini artırmaq və müvəffəqiyyətli insan statusu qazanmaq üçün istifadə edirlər. Hətta bu cür yanaşma insanların diqqətlərini cəmləmələri və hədəflərindən yayınmamaları üçün korporativ və hərbi sahələrdə də istifadə olunur. Bütün bunların fəvqündə deyilməlidir ki, mükəmməl mənəvi fəaliyyət çox təəssüf ki, mahiyyətdən uzaqlaşdırılaraq fərqli istiqamətlərə yönləndirilmiş və Allahın tamamilə unudulduğu, əlaqəsiz hesab edildiyi və ancaq insanların gücünün artırılmasına xidmət edən cərəyana çevrilmişdir.

Dini ənənələrdən qaynaqlanan həqiqi mənəvi fəaliyyətlərlə insanların fiziki vəziyyətlərinin yaxşılaşdırılması məqsədi daşıyan dünyəvi metodlar arasında ciddi fərqlər olsa da, İslam və Qərb dünyası arasında böyük fərq və

uçurum yaradan iki ayrı qütb kimi təqdim edilməməlidir. Əlbəttə ki, Qərbdə sözün əsl mənasında yüksək səviyyədə meditasiya fəaliyyətləri ilə məşğul olan və səmimi şəkildə mənəviyyat axtarışında olan insanlar da vardır. Buna müqabil olaraq da aralarında müsəlmanların da olduğu çox sayda insan var ki, onların dini fəaliyyətləri sadəcə dini mənbələrdə, kitablarda yazılan qaydaların formal şəkildə yerinə yetirilməsindən başqa hər hansı mənə kəsb etmir. Bu cür insanlar şəxsi ibadətlərinə o qədər də həssas yanaşmır və Allahla bağlı çox təfəkkür etmirlər. İbn Abbas peyğəmbərdən belə bir hədis rəvayət edir: “Bir saatlıq təfəkkür bütün gecə oyaq qalıb ibadət etməkdən daha məqbuldur”. Bu hədis bəzi mənbələrdə belədir: “Bir saatlıq təfəkkür bir illik ibadətdən daha yaxşıdır”.

Bununla belə, biz İslam və Qərb arasında kəskin fərqlərin olmaması fikri ilə razılaşıırıq. Lakin Şərq və İslama məxsus meditasiya və təfəkkür formaları arasındakı mütləq fərqlərin bu iki sahə arasındakı ortaq oxşarlıqların müəyyən edilməsi üçün çətinliklər yaratması reallığını da qəbul etməliyik. Malik Bədri həqiqi kamilliyi təfəkkürdən ilhamlanan “transsendental səyahət” müddətində çatılacaq əsas hədəflərdən biri kimi qiymətləndirir. Lakin eyni fəaliyyət nəticəsində nail olunan mənəvi kamillik haqqında da müsbət fikirlər bildirir. Bunlar buddizm və Vedanta məktəbinin ali məqsədləri ilə eynilik təşkil edir.

Bu cür ortaq cəhətlər Rza Şah Xazəmi tərəfindən qələmə alınan “İslam və buddizm arasında ortaq cəhətlər” adlı kitabda da öz əksini tapmışdır. Bu möhtəşəm kitabın giriş hissəsində Məhəmməd Həşim Kamali kitabda Quran və sünnətin öyrənilməsi baxımından necə yeni bir yanaşma nümayiş etdirildiyini izah etmişdir. Kamaliyə görə, budistləri İslam nöqtəyi-nəzərindən Quranın davamçıları he-

sab etmək olar. Bu baxımdan buddistləri əhli-ktab kimi qiymətləndirmək də mümkündür.

Qeyd edilən kitaba müqəddimə yazan Qazi ibn Məhəmməd İslam və buddizm arasında oxşar cəhətləri vurğulayır və paralellik aparır: heç bir şəkk olmadan tək olan müt-ləq hakimə (Əl-Haqq), insanlara yol göstərən ilahi varlığın mövcudluğuna, ölümdən sonrakı həyatda hər ruhun ədalət prinsipi ilə mühakimə olunacağına, hər kəsə qarşı mərhəmətli və şəfqətli olmağa, insanların fəvqəladə biliklərə nail olmaq qabiliyyətinə, bu dünyada maariflənməyə, digər dünyada isə qurtuluşa töhfə verən mənbəyə, ibadət, təfəkkür, meditasiya və ya zikr formasında olmasından asılı olmayaraq mənəvi fəaliyyətlərin zəruriliyinə və insanların öz eqolarından və ehtiraslarından xilas olmasının vacibliyinə olan inam.

Şah Xazəmi İslam dinində “Allahdan başqa ibadət ediləcək ilahın olmaması” fikri ilə buddizmin kitabı Udanada da təktanrılılığın təbliğ edilməsini paralel şəkildə təhlil edir. Quranda Allahın tək olmasının təsviri ilə Budda tərəfindən “bərabəri olmayan” şəklində izah olunan ilahi varlıq anlayışı eynidir.

Fikrimizin davamı olaraq qeyd etmək lazımdır ki, mənəvi kamilliyə aparan klassik hind təlimlərindən olan Vedanta fəlsəfi-dini məktəbi də tamamilə təktanrılı cərəyan hesab edilə bilər.

Xristian dünyasında edilən ibadətlər və təfəkkürə müsəlmanlar tərəfindən dərin ehtiramın göstərilməsi Məhəmməd peyğəmbər tərəfindən tapşırılmışdır. Con Andryu Morou (John Andrew Morrow) tərəfindən bu yaxınlarda aşkar edilib nəşr edilən “Peyğəmbərin dünya xristianları ilə razılaşması”na görə, Məhəmməd peyğəmbər müsəlmanlara dünyanın sonuna kimi xristianları qorumaq göstərişi vermişdir. İslam, buddizm və vedantada ibadət,

təfəkkür, meditasiya və ya zikr formasından asılı olmayaraq mənəvi fəaliyyətlər arasında paralellik apardıqda İslamın mistik ənənələrində spesifik məqamların bəzi Şərq ənənələrində mövcud olan meditasiya təcrübələri ilə uyğun gəlməsi faktı ilə qarşılaşırıq. Bu məqamda ağıla ilk gələn sufizm cərəyanında rast gəldiyimiz “mürəqabə” təcrübəsidir. Bu söz “nəzarət etmək”, “diqqəti üzərində olmaq”, “qayğısına qalmaq” və ya “mənəvi qayğıkeşlik” mənasında istifadə olunur. Bu işi icra edən şəxs öz ruhunun, mənəvi duyğularının, ürəyinin qayğısına qalır və bunlar sayəsində yaradan haqqında məlumat əldə edərək ona olan sevgisini artırır. İbn Ərəbi tərəfindən mürəqabə ilə bağlı verilən təsvirdən də aydın olur ki, duyma qabiliyyəti olan (eşidən) ürək mütəmadi olaraq düşüncə burulğanına şahidlik edərək ilahi təlimatları rəhbər tutur və ancaq Allah sevgisini özünə yaxın buraxır. Bu hal ürəyin daxili səssizliyi, mənəvi saflaşmasıdır və bir çox dini və mənəvi ənənələrin meditasiya təcrübəsini əks etdirir.

Cəlalədin Rumi məsələyə daha konkret yanaşır və ürəyin daxilə ilahi buyruqları qəbul etməsini Allaha açılan pəncərəyə bənzədir. Peyğəmbərin ibadət etməkdən aldığı zövqə toxunaraq yazır: “Ruhumun pəncərəsi açılır və görünməz dünyanın saflığından süzülərək Allah birbaşa mənə doğru gəlir. Kitab, ilahi rəhmətin damlaları və nur mənim həqiqi mənbəyimin pəncərəsindən evimə düşür. Pəncərəsiz ev Cəhənnəmdir, pəncərə açmaq dinin tələbi-dir” (Məsnəvi, III). Bu, həm zikr və təfəkkür vasitəsilə açılan pəncərənin təsviridir, həm də ibadətin mahiyyətinin dərk edilməsi nəticəsində açılan pəncərədir. Əl-Qəzzalinin bu haqda fikri belədir: “Allah qorxusu ürəklərə hakim kəsildikdə insanlar iklas səviyyəsinə nail olur və şəxsiyyət tamamilə dəyişir”.

Malik Bədri İslamda təfəkkürlə bağlı geniş və təfsilatlı məlumat verməklə bu elm sahəsində misilsiz xidmət göstərmişdir. O, təfəkkürə nail olmaq üçün lazımi fəaliyyətləri izah etməklə yanaşı, İslamda mənəvi olaraq yüksəlməyin yollarını da göstərir və qeyd edir ki, müsəlmanların ali çağırışa cavab vermək potensialları var. Buna əməl edən müsəlmanlar isə bəşəriyyətə xidmət etmiş olarlar.

Qoy Allah bizə bu ilham və ali çağırışa cavab verməyi qismət eləsin!

## GİRİŞ

Başlıq da daxil olmaqla məzmununda bir sıra yenilik və təshihlər aparılmışdır. İlk kitabın təxminən yarısı həcmində, yəni əlli iki səhifə yeni material əlavə edildiyinə görə budəfəki nəşr ərəb dilində yazılan kitabdan fərqlənir.

İngilisdilli oxucular üçün yazmaq Quran ayələri və Məhəmməd peyğəmbərin (s.ə.s) hədislərinin, eləcə də axıcı ərəb dilində mövcud olan deyimlər və ifadələrin konkret ekvivalentlərinin tapılması düzgün tərcümənin tələbidir. Bu baxımdan məzmun və üslub dəyişikliyinə edilməsi zərurəti ortaya çıxır. Ərəb dili ingilis dilində qarşılığı olmayan çox sayda söz və ifadələrlə zəngin, axıcı bir dildir. Məsələn, mən bu kitabı yazarkən “xuşu” kimi ərəb dilində mövcud olan və daxili emosiyaların ifadə edilməsi üçün istifadə olunan bir çox dini terminlərin ingilis dilində konkret ekvivalentini tapa bilmədim. Qeyd etdiyim termin “xaşia” feilindən əmələ gəlir və “sakit durmaq”, “qorxu içində olmaq”, “təslim olmaq” kimi mənaları özündə birləşdirən mütləq mənada “sadəlik” və “təvazökarlıq” vəziyyəti üçün istifadə olunur. Bu anlayış və duyğu müsəlmanlar üçün sevgi, tabe olma və bir az da qorxu hisslərini ifadə edir. Yəni Allahın böyüklüyünün emosional formada dərk edilməsidir. “Ərəbcə-ingiliscə” lüğətlərdə bu söz “submission” (təbə olma) kimi tərcümə olunur. Halbuki “submission” sözünün ərəb dilində qarşılığı “istislam”-dır, çünki hər hansı bir insan özündən güclü olana sevgi və rəğbət etmədən, hətta nifrət edərək də təbə ola bilər. Ona görə də “xuşu” sözündə təbə olma mənası əks olunsa da, tərcüməsi düzgün deyil. Tərcüməsi çaşqınlıq yara-

da bilən sözlərdən biri də “yağbit” feilidir. Ərəb dilində bu söz hər hansı bir insanın başqasına olan heyranlığını, başqasını özündən daha üstün görüb ona qibtə etməsini, başqasında olan müsbət xüsusiyyətlərin həm də özündə olmağını arzulamasını ifadə etmək üçün istifadə olunan sözdür. Təbii ki, bunlar müsbət emosiyalardır. Amma kiminsə niyyətinin mənfi olması və başqa insanların müsbət keyfiyyətlərini itirməsini arzulaması ərəb dilində “həsəd” sözü ilə ifadə olunur. Təbii ki, bu duyğu günaha aparan mənfi emosiyaları ehtiva edir. İngilis dilində mənfi və müsbət emosiyalar arasında fərqi göstərilməsi bu qədər geniş semantik məzmun və məna ifadə etmir, yəni mümkün deyil. Çünki bu dildə qısqanclığı müsbət mənada, ən azından günaha aparmayacaq şəkildə bildirmək üçün heç bir söz mövcud deyil. Ona görə də öz fikirlərimin daha düzgün başa düşülməsindən əmin olmaq üçün mən bəzi hissələri təkrar izah etməli olmuşam.

Kitabın əsas mövzusu olan təfəkkür ingilis dilinə dəqiqliklə tərcümə oluna bilmir. Bu çərçivədə ən uyğun hesab edilən iki söz, yəni “meditation” (meditasiya, ölçüb-biçmə) və “contemplation” (dərindən fikirləşmə) İslam dinində istifadə olunan dəqiq mənanı ifadə etmək üçün uyğun deyil. Təfəkkür bu iki sözün mayasında olan dərindən fikirləşməni ehtiva edir, amma təfəkkür mahiyyət etibarilə mənəviyyata bağlıdır. Çünki təfəkkür yaradana şükür etmək və onun sonsuz kainatını dəyərləndirməkdir. Bir sözlə, Allaha ibadət etməyin ən gözəl və fərqli formasıdır.

“Contemplation” və “meditation” sözləri ingilis dili lüğətlərində sinonim kimi verilsə də, mənəvi məsələlərdə birinciyə üstünlük verilir. Bununla belə qeyd edilməlidir ki, “meditasiya” termini Şərq dinləri ilə əlaqəli vəziyyətlər üçün istifadə olunduğundan təfəkkürün izah edilməsi məqsədilə nəzərə alındıqda çəşqinlik yarana bilər. Bunun

bir səbəbi də odur ki, biz Şərq dinlərinə məxsus meditasiya fəaliyyətlərində fərqli şüurlu vəziyyətlərə nail olmaq üçün şüurlu və təmkinli düşünməyin qurban verilməsi faktından agahıq. İslam dinində ibadətin bir forması olan təfəkkür koqnitiv-mənəvi fəaliyyətdir və burada rəşional ağıl, emosiya və ruhun “qovuşması”, vəhdəti müşahidə olunur. Ona görə də ingilis dilində olan kitabda “contemplation” sözünə üstünlük vermişəm. Bunu da qeyd etmək lazımdır ki, təfəkkür sözünün ingilis dilində izahı üçün “reflection”, “deep thinking”, “cogitation” terminlərindən də istifadə etmək olar.

Mən bilərəkdən “ruh”, “nəfs” və “qəlb” kimi ərəb dilində istifadə olunan terminlərlə bağlı mürəkkəb semantik izahlar və təfəsilatların verilməsindən yayınmışam. Bunlar üçün ayrı bir cild lazımdır və bu izahatlar oxucunun diqqətini yayındıra bilərdi. Əl-Qəzzalının bu terminlərin ancaq mənəvi varlıq üçün istifadə olunması ilə bağlı konsepsiyasını qəbul etmirəm. Lakin kitabın mövzusu baxımından bu fikirlə müəyyən qədər razılaşıram.

Ərəb dilində olan kitabımın yazılması üçün BİFİ-nin Sudanın paytaxtı Xartumdakı nümayəndəliyinə kitabxanadakı mənbələrdən istifadə imkanını yaratdıqlarına görə təşəkkür etmək istəyirəm. Nümayəndəliyin direktoru Abdullah Məkkiiyə və 1980-ci illərdə heç birimiz kompüterlə işləyə bilmədiyimiz üçün bütün kitabı mənim oxuduqlarıma qulaq asaraq yazan xanım Sittan Hamada minnətdaram.

Mənim kitabımın ingilis dilinə tərcümə edilməsi ilə bağlı qərar qəbul etdiyi üçün BİFİ-yə təşəkkür edirəm. Kitabı çap edilməzdən əvvəl redaktə etdiklərinə, ilk nəşrdən sonra aydınlaşdırılması lazım olan məsələləri və istinad edilən mənbələrlə bağlı məqamları diqqətimə çatdırdıq-

larına və əlyazmanı ikinci nəşrə hazırladıqlarına görə Bİ-Fİ-nin London nümayəndəliyinə də təşəkkür borcluyam.

Tərcümənin ilk variantını hazırlamaq kimi çətin bir işin öhdəsindən gəldiyi üçün professor Əbdülvahid Luluya və ikinci nəşr üçün əhatəli və mükəmməl ön söz yazdığına, oxucular üçün faydalı olan intellektual və stimullaşdırıcı məqamları izah etdiyinə görə dr. Ceremi Henzel-Tomasa minnətdarlığımı bildirirəm.

Nəhayət qeyd edim ki, bu kitabı üzərimdə haqları olan üç qadının – anam Nəfisə, xalalarım Meymunə və Səkinənin müqəddəs ruhlarına ithaf edirəm.

MALİK BABİKİR BƏDRİ

*İstanbul Zaim Universiteti, Türkiyə*

Mart, 2018

## Təfəkkür: müasir psixoloji mənzərə

İslam dinində təfəkkür  
və dünyəvi psixologiya

Məsələyə dünyəvi və Qərb psixologiyası aspektindən yanaşdıqda İslam dinində ibadətin ən yüksək formalarından biri olan təfəkkürün müzakirə edilməsi qərribə görünə bilər. Buna baxmayaraq, dünyəvi müsəlmanlar və Şərqdə psixologiya sahəsində təhsil alan insanların bu məfhumun təsiri altında olduğunu nəzərə alaraq kitabın ilk fəslini bu mövzuya həsr etməyi qərara aldım. Ümid edirəm ki, hələ də İslam etikasına haqqında mühazirələri üçün Qərb psixoloanalitik düşüncələrinin təsiri altında qələmə alınan din psixologiyası kitablarını mənbə olaraq istifadə edən müsəlman mütəxəssislər mənim bu mövqeyimi müsbət qarşılayacaqlar. Onlar psixologiyayı islamlaşdırmağı iddia etsələr də, özləri də bilmədən İslam dinini dünyəviləşdirirlər. Bu kitabın oxucularının böyük qisminin Qərb psixologiyası haqqında anlayışlarının məhdud olması ehtimalını nəzərə alaraq öz fikirlərimi sadələşdirilmiş formada təqdim etmişəm. Həmçinin məsələni İslam dinində ibadətin bir forması olan təfəkkür çərçivəsindən təhlil edərək müasir psixologiyanın ciddi şəkildə tənqid edilməsinin ümumi oxucu kütləsi üçün sıxıcı olması ehtimalını da nəzərə almışam.

İslam dinində ibadət forması olan təfəkkür meditasiya və onun fərqli şüurlu vəziyyətlərə nail olunmasında müasir Qərb psixologiyasının maraqları müstəvisində nəzərə alına bilər. İslamda təfəkkür nəticəsində meditasiyanın sakitləşdirici nəticələrinə nail olunur, amma mayasında koqnitiv və intellektual fəaliyyətlər olduğu üçün Şərq dinlərindən qaynaqlanan meditasiya prosedurlarının bütün digər formalarından fərqlənir.

İslam dini kontekstində təfəkkür prosesinin əsas hədəfi kainatın yaradıcısı və sahibi Allahı dərk etməkdir. Buna görə də bu mövzu ilə bağlı psixoloji aspektdən təfəssilatlı müzakirələr aparmaq üçün xüsusi olaraq düşüncə psixologiyasına istinadlar edilməli və məsələyə koqnitiv psixologiya kontekstində yanaşılmalıdır.

Koqnitiv psixologiya inkişaf etməyə başladıqda davranış psixologiyasının (bihevizorizm) dominant sahə olmasından əvvəlki psixologiya məktəblərinin ənənələrinə əsaslanırdı. Həmin günlərdə psixologiya insanların şüurlu vəziyyətlərdə olmasını, onların hisslərini, nə düşündüklərini və beyinlərinin quruluşunu öyrənirdi. Psixologiyanın predmeti ancaq qeyd edilən sahələr idi.

Davranışçı məktəb öyrənmənin impulsar və müşahidə oluna bilən cavablar vasitəsilə tədqiqinə əsaslanan yeni yanaşma ortaya çıxardı. Bu, psixologiya üçün özül rolunu oynadı. Hisslər, beyinin komponentləri və düşünmə prosesi birbaşa müşahidə olunması mümkün olmayan məsələlər hesab edilirdi və bunları öyrənmək üçün istifadə olunan metodlar (özünü müşahidə, daxili təcrübələrin hesabı və s.) anlaşılmaz və təcrübə prosesləri ilə nəzarət edilməsi mümkünəz olaraq qiymətləndirilirdi. Buna görə də psixologiyanın fizika və kimya kimi dəqiq elm olması tərəfdarı olan davranışçı cərəyanın nümayəndələri öz işlərini laboratoriyalarda müşahidə oluna bilən fenomen-

lərlə, təcrübi və elmi maraqları çərçivəsində ölçülə bilən və nəzarət olunan cavablarla məhdudlaşdırdılar. Beləliklə, insanların koqnitiv və emosional fəaliyyətləri içindəki əşyaların nə olması haqqında heç bir fikir olmayan “qapalı qutu” kimi təqdim olundu. Belə bir mövqe nümayiş etdirilirdi ki, bu cür fəaliyyətlərin araşdırılmasına vaxt ayırmağa dəyməz. Davranışçı məktəbi təmsil edən psixoloqlara görə, insanlar xarici impulslara tədqiqatçıların nəzarət və təxmin edə bildikləri cavabları verən maşınlardır. Bu yanaşma avtomatik olaraq təfəkkür anlayışının psixologiyanın tədqiq etdiyi sahələr arasında olmaması ilə nəticələndi.

İnsanların mənəvi və daxili koqnitiv fəaliyyətlərinə bığanə qalaraq onlara sadəcə fiziki və bioloji qanunlar nöqtəyi-nəzərindən yanaşılması birbaşa davranışçılıq cərəyanının banisi Con Boradus Uotsonun (John Broadus Watson) adı ilə bağlıdır. Onun düşüncəsinə görə, insanlar heyvanlardan fərqləndirilməməlidir. Uotson qeyd edir ki, insanlar digər heyvanlardan yalnız nümayiş etdirdikləri davranışları ilə fərqlənilirlər. Daha elmi dildə desək, bu cərəyan çərçivəsində psixoloqlar insanları və heyvanları eyni qaydada araşdırmalıdırlar. Con Boradus Uotson yazırdı: “Behaviorizmdə əsas məqsəd bir hədəfə nail olmaqdır. Yəni uzun illərdir tədqiqatçı alimlərin heyvanları öyrənmək üçün istifadə etdikləri eyni prosedurları və metodları insanların tədqiq edilməsi üçün tətbiq etmək. Biz həmişə bu fikirdə olmuşuq ki, insanlar sadəcə nümayiş etdirdikləri davranışları ilə digər heyvanlardan fərqlənilirlər. Ona görə də əgər psixoloqlar məsələyə elmi aspektdən yanaşmaq istəyirlərsə, kəsdikləri öküzlərin davranışlarını öyrənmək üçün istifadə etdikləri metodların eynisini insanların davranışlarını öyrənmək üçün də tətbiq etməlidirlər”(1). Bu dar düşüncədən və İvan Pavlovun fikirlərindən ilham

alan davranışçı cərəyanın nümayəndələri insanların əqli və psixoloji fəaliyyətlərini impuls-cavab əlaqəsi ilə izah etməyə başladılar. Onlar düşünmə prosesini də impuls-cavab şəbəkəsi ilə əlaqələndirir və bunu monoloq hesab edirdilər.

İnsanların və heyvanların davranışlarını eyniləşdirməkdəki əsas məqsəd psixologiyanı elm qəlibinə salmaq idi. Digər əsas məqsəd isə Qərb cəmiyyətlərini dünyəviləşdirmək və onları dinin asılılığından xilas etmək idi. Bu baxımdan C.Uotson insanların heyvanlar kimi səciyyələndirilməyə razı olmamalarına, onların Allah tərəfindən yaradılmalarına və ölümdən sonrakı həyata sadələvhəsinə inanmalarına açıq-aşkar narazılığını bildirir: "İnsanlar heyvanlarla eyni kateqoriyada olmağa razı deyillər. Onlar heyvan olduqlarına inanmaq istəyirlər, amma "daha artıq nəyinsə olduğunu da düşünürlər". Bu daha artıq olan nədirsə, problem yaradır. Onların bu yanaşmaları din, mənəviyyat, o biri dünya, uşaqları, valideynləri və ölkələrinə olan sevgi ilə əlaqəlidir" (2).

Yuxarıda deyilənləri nəzərə aldıqda biheaviorizmin aşkar şəkildə insanların daxilən yaxşı və pis təbiətə malik olmasını inkar etdiyini görürük. Küləyin apardığı quru yarpaq kimi insanların dəyərləri və inancları da təbiət impulsları ilə müəyyən edilir. Biheaviorizmdə bəşəri etik dəyərlər və mənəvi standartlar anlayışına yer yoxdur. Biheaviorizmdə həmçinin insanların mənəvi və hissi qərar verməklə bağlı seçim azadlıqlarının olması da istisna edilir. Təbii ki, bu cür psixologiya anlayışı çərçivəsində təfəkkür, düşünmək, koqnitiv-mənəvi fəaliyyətlər və duyğular haqqında danışmaq məntiqsizdir. Məşhur ingilis nevropatoloqu Con Ekkls (John Eccles) də biheaviorizmi tənqid edir. Con Ekkls qeyd edir ki, biheaviorizmin hakim olduğu vaxtlarda ağıl, düşüncə, fikir, məqsəd, inam, vicdan kimi

sözlər “nəzakətli” fəlsəfi dialoglar və müzakirələrdə istifadə olunmur və “iyrənc” hesab edilirdi. İstehza doğuran məqam budur ki, həmin vaxt üçün ən böyük fəlsəfi ədəbsizlik dörd əsas sözlə istifadə olunurdu: ağıl, insanın özü, ruh və iradə (3).

Psixozanaliz və digər dominant psixologiya məktəbləri hər dövrdə bihevizorizmə münasibətdə kəskin fərqli yanaşmalar nümayiş etdirmişlər. Bu proses indi də davam edir. Buna baxmayaraq, dünyəvilik və şüurlu düşünmənin əhəmiyyətini azaltma mövzusunda bu cərəyanlar arasında həmrəylik mənzərəsinə şahid oluruq. Məsələn, Freyding klassik psixozanalizinə görə, davranışlar insanların təhtəlsüür səviyyəsində mövcud olan cinsi və aqressiv instinktləri ilə birbaşa əlaqəlidir. İnsanların ideyaları, təfəkkür etmələri, mühakimələri və düşünmələri onların fərqlində olmadıqları gizli, dərin ağılın məhsulundan başqa bir şey deyil. Onu da qeyd etmək lazımdır ki, Freyding dini illüziya və nevroz adlandırmışdır.

Cəmiyyətin canlı orqanizm olması düşüncəsinin hakim kəsildiyi bioloji yanaşmanın güclü təsiri altında olan ənənəvi nevropsixiatriyada da şüurlu qavramağın, seçim azadlığının və dəyişməz mənəvi standartların insanlar üçün əhəmiyyəti azaldılır. Bioloji amillər həddən artıq şişirdilir və belə bir iddia irəli sürülür ki, insanların normal və qeyri-normal olan hər hərəkəti onların irsən keçən genləri, sinir sistemləri və biokimyəvi xüsusiyyətləri tərəfindən idarə olunur. Bir tədqiqatçı bu məsələni belə ifadə edir: “Hər bir qarışıq ideya və fəaliyyət beyində mövcud olan molekulə əlaqəlidir”. Onlar nəzəri olaraq inanırlar ki, kompüterin sərt diskində proqramların işləməsi kimi anadangəlmə bioloji xüsusiyyətlər də ətraf mühitlə qarşılıqlı əlaqədə olur. Əgər kimsə dəyişənləri və təfərrüatları bilmək imkanına malik olsa, həmin adam öz gələcəyi ilə

bağlı davranışları dəqiqliklə müəyyən edə bilər. Onlar insanların etik davranışlarını və dinlərin insanlar tərəfindən şüurlu seçim olduğunu və buna görə məsuliyyət daşıdıqlarını qarşısızalmaz bioloji qətiyyət nöqtəyi-nəzərindən izah edirlər. Məsələn, tədqiqatçılar aparılan bir sıra araşdırmalarla sübut etməyə çalışırlar ki, çox insanla cinsi əlaqədə olmaq sırf bioloji xislətdir və buna görə də insanlar öz genləri tərəfindən vadar olunan instinktlərə görə günahkar hesab edilməməlidirlər.

İslam dinində təfəkkürün psixologiya nöqtəyi-nəzərindən tədqiq edilməsi insanların koqnitiv düşüncələri və duyğuları ilə əlaqəlidir və buna görə də Qərb psixologiyasında üç əsas yanaşma (bihevizizm, Freyding psixanalizi və nevropsixiatriya) heç bir halda nəzərə alınmamalıdır.

Reallıq budur ki, bu yanaşmaların ikisində insanlar xarici impulslar, eləcə də bioloji və biokimyəvi faktorların təsiri altında olan mexanizmlər kimi nəzərə alınır. Digər yanaşmada isə bizim şüurlu düşünməyimiz və hisslərimiz təhtəşüurun və eqonun müdafiə mexanizminin "hiyləsidir." Ona görə də uzun illər insan davranışları ilə bağlı elmi izahatlar təqdim etməklə nüfuz qazanmış və mürəkkəb koqnitiv fəaliyyətləri süni şəkildə sadələşdirmiş bu psixologiya məktəbləri qənaətbəxş nəticələrin əldə edilməsinə nail ola bilmədikləri üçün uğur qazana bilməmişlər. Artıq əlli il əvvəlki nikbin əhvali-ruhiyyə hiss olunmur və Qərb cəmiyyətlərinin sosial və psixoloji problemləri iqtisadi inflyasiyanı belə kölgədə qoyur. Bu uğursuzluq heç də təəcüblü deyil, çünki mürəkkəb insan psixologiyası heç bir halda laboratoriya təcrübələrində istifadə olunmaq üçün kimyəvi və fiziki məlumat səviyyəsinə salına bilməz.

Fizika və kimya kimi dəqiq elmlərdə müşahidə olunan müsbət inkişaf dinamikası yalnız bu elm sahələrinin qədim tarixə malik olması ilə əlaqəli deyildir, həm də ta-

mamilə maddi aləmi öyrənmələri ilə bağlıdır. Bu iki elm sahəsində maddə və enerji ilə bağlı prosesləri və bunların qarşılıqlı fəaliyyətlərini izah etmək üçün müfəssəl nəzəriyyələr irəli sürülür. Maddə və enerji haqqında faktorlar çox vacibdir, çünki atom və onun komponentləri olan proton və elektron konsepsiyaları olmadan təcrübi elm böyük uğurlar qazana bilməzdi. Eyni fikir biologiyada əsas anlayış olan hüceyrə və ya irsiyyətin tədqiq edilməsi üçün vacib olan genlər haqqında da səsləndirilə bilər.

Bütün bunlar insan davranışlarının mürəkkəb və qeyri-materialist mahiyyəti nəzərə alındıqda psixologiya elminə şamil edilə bilməz. Bu reallıq nəzərə alınmadan edilən bütün cəhdlər uğursuzluğa düçar olmuş və qısa müddət ərzində unudulmuşdur. Hətta bu çətinliyin göstərilməsi üçün şərti refleks nümunə göstərilə bilər. Çünki şərti refleks psixologiyada ən sadə konseptlərdən biri hesab edilir və davranışçı cərəyanın bir çox nümayəndəsi tərəfindən də qəbul edilmişdir.

Şərti refleks nədir? Ac it zəng səsi eşidir və ona dərhal qurudulmuş ət verilir. Bu proses zəng səsi eşidildikdə itin ağız suyunun axması baş verənə kimi təkrar olunur. İtin ağız suyunun ifraz olunması süni impuls olan zəngə qarşı şərti refleksdir. Yanan işığa qarşı refleksi və ya zəng səsi eşidildikdə göz qırpmaq refleksi insanlar üzərində də tətbiq edilə bilər. Bu anlayış İbn Sina və Əl-Qəzzali kimi müsəlman alimləri tərəfindən uzun müddət əvvəl izah olunsada, bununla bağlı ilk təcrübəni məşhur rus fizioloqu İvan Pavlov aparmışdır.

Şərtiliyi nəzərə alaraq sadə yollarla idrak etmə ilə bağlı bəzi məsələlər izah oluna bilər. Bu, psixologiyada ciddi məsələ kimi nəzərə alınma bilməz, çünki psixologiyada bir çox sahə sadə impuls-cavab əlaqəsinə əsaslanmır. Məsələn, sosial psixologiya, humanist psixologiya, qavrama, dil öy-

rənmə və buna bənzər sahələr yalnız impuls-cavab nümunəsi müstəvisində təhlil edilə bilməz. İnsan davranışlarının mürəkkəb xüsusiyyətlərini şərtlilik qanunları ilə izah etmək də mümkün deyil. Məsələn, sevgi impulslarla və şərti reflekslə necə izah oluna bilər? Bu cür mürəkkəb davranış yuxarıda qeyd edilən çərçivəyə sığmır.

Fizikada Albert Eynşteynin nisbilik nəzəriyyəsi və ya biologiyada Darvinin təkamül nəzəriyyəsi kimi müfəssəl nəzəriyyələrin psixologiya sahəsində irəli sürülə bilinməməsi qeyd edilən çətinliklərlə bağlıdır. Son elmi kəşflər sayəsində Darvinin nəzəriyyəsində müəyyən uyğunsuzluqlar ortaya çıxmışdır. Lakin Darvinin görüşləri hələ də ümumi və əhatəli bioloji nəzəriyyə kimi istifadə olunur. Müasir psixologiyada psixozanaliz, Gestalt psixologiyası və öyrənmə nəzəriyyəsi kimi bəzi məktəb və yanaşmalarda ümumi nəzəriyyələrin formalaşdırılması üçün cəhdlər edilsə də, heç bir nəticə hasil olmamış və bunlar sadəcə Qərb psixologiya tarixinin bir hissəsinə çevrilmişdir (4).

Bütün bu ardıcıl uğursuzluqlar müasir psixoloqların bu sahəni insanların duyğuları, şüurları, ağılları və əqli proseslərinə biganə qalaraq təcrübi elm sahəsinə çevirmək məqsədilə etdikləri məntiqsiz cəhdlərin təbii nəticəsidir. Bunun səbəbi odur ki, müasir psixoloqların böyük əksəriyyəti yuxarıda qeyd edilən xüsusiyyətlərə malik deyillər. Məsələn, Siril Bört kimi düzgün mühakimə yürüdən ingilis psixoloqları bu məntiqsiz yanaşmaya ilk vaxtlardan qarşı çıxmışlar. Börtün "Müasir psixologiya həm ruhunu, həm də vicdanını itirdikdən sonra aqlını da itirmişdir" fikri artıq tez-tez istifadə olunan şüara çevrilmişdir (5).

## İslam dinində təfəkkür və koqnitiv inqilab

Müasir psixologiyada insanlarla bağlı təhrif edilmiş fikirlərin artıq heç bir məna kəsb etmədiyi hər kəsə məlumdur. Qərb psixoloqları uzun illər hakim kəsilən yanlış yanaşmaların yeniləri ilə əvəz edilməsi üçün çox səy göstərirlər. Psixologiyada “ağıl” anlayışının yenidən bərpa olunması, daxili və şüurlu koqnitiv fəaliyyətlərin yenidən kəşf olunması üçün uzun vaxt lazım olmuşdur. Bu proses müasir koqnitiv inqilab hesab edilir. İyirminci əsrin ortalarından etibarən alimlər düşünməyə və koqnitiv proseslərə daha çox maraq göstərməyə başlamışlar. Ancaq biheaviorizmin impuls-cavab yanaşmasının və psixoanaliz nəzəriyyəsinin elmi əsaslarının olmaması on illiklər keçdikdən sonra dərk edilmişdir. Beləliklə, ətraf mühətdən əldə edilən məlumatların təhlili və sinifləndirilməsində insanların əqli fəaliyyətlərinin yenidən tədqiqata cəlb edilmə prosesi başlamışdır.

Psixologiya bu yeni aspekti təfəkkür anlayışına həm elmi, həm də dini nöqteyi-nəzərdən yeni yanaşma nümayiş etdirmişdir. Bu koqnitiv yanaşma istifadə olunan metodların daha təkmil formasıdır və insanların koqnitiv fəaliyyətləri araşdırılmışdır. Neyroelm sahəsində son yeniliklərin kompüter inqilabına əsaslanması isə xüsusi olaraq qeyd edilməlidir. Bu istiqamətdə aparılan araşdırmalar nəticəsində davranışçı cərəyan tərəfindən insanların mexaniki qurğu kimi qəbul edilməsi konseptinin məhdud sərhədləri ifşa olunmuşdur. Yəni bu konsept insanların “informasiya yaradan” varlıqlar olması reallığı ilə əvəz olunmuşdur.

Müasir dövrdə alimlər insanların düşünməsini, yaddaşını və onlar tərəfindən yerinə yetirilən koqnitiv və emo-

sional prosesləri kompüterlə müqayisə edirlər. Onlar insanların ətraf mühitdən müxtəlif məlumatlar əldə etmələrindən sonra ortaya çıxan yeni problemlərin həlli üçün bu impulsları kodlaşdırıb sinifləndirərək yaddaşlarında saxlamaları faktını qeyd edirlər. Bu sadə bənzətmədə ətraf mühitdən məlumatların əldə edilməsi klaviaturada yazmaq və ya başqa üsullarla kompüterə yeni məlumatların daxil edilməsinə müqabildir. Məlumatlarla zəngin proqram təminatının olduğu mərkəzi prosessor isə düşünmək və hiss etmək kimi koqnitiv fəaliyyətlərin baş verdiyi beyinlə uyğunluq təşkil edir. İnsanların əqli fəaliyyət və davranışları isə kompüterin ekranında nümayiş olunan məlumatlarla eynidir. Klaviaturadakı müxtəlif hərflərə basıldıqda kompüterin müəyyən proqram təminatına uyğun olaraq fərqli prosesləri icra etməsi kimi insanlar da ətraf mühitdəki fərqli impulslara spesifik reaksiyalar verirlər. Məsələn eyni məntiq çərçivəsində yanaşsaq, necə ki, kompüterimizə konkret olaraq hansı proqram təminatının yükləndiyini bilirik, eləcə də beynimizdə düşünməyimiz, hiss etməyimiz, müəyyən situasiyalara uyğun davranmağımızı istiqamətləndirən fərqli “proqram təminatları”ndan da xəbərdar olmalıyıq. Beləliklə, psixologiyada impulslar barədə sadə davranış konsepsiyası ilə bağlı məhdud tədqiqatlar ziddiyyətli cavablarla nəticələnir.

Maraqlıdır ki, psixologiya və digər sosial elmlərdə insan təbiəti ilə bağlı dünyəvi reduksiyonizm yanaşması dəstəklənsə də, son texnoloji inkişaf təmayülləri göstərir ki, insanlar haqqında fikirlərdə fərqliliklər hiss olunur. Yuxarıda qeyd edilən kompüter modeli müasir psixologiyanın öz “ağına” və “şüuruna” yenidən malik olmaq üçün yeni cəhdin edilməsi baxımından biheviyorist modeldən daha realistdir, amma bu modeldə də islami yanaşma heç cür hiss olunmur. Qərb psixologiyası hələ də köhnə və

məhdud “elmi” metodlardan yaxa qurtara bilmir. Bundan əlavə, psixologiyada paradigmalardan dəyişməsi ilə həqiqi inqilab baş verə bilməz. Paradiqma konseptini məşhurlaşdıran və “Elmi inqilabların strukturu” əsərinin müəllifi Tomas Kun (Thomas Kuhn) yazır: “Həddən artıq inkişaf edən elmlərdə paradigmalarsa da, psixologiyada bu hal müşahidə olunmur” (6). Tamamilə doğru fikirdir, çünki inkişaf edən elm sahələrində paradiqma dəyişməsi, yəni köhnə paradiqmanın ləğv edilərək yenisi ilə əvəzlənməsi həqiqi inqilabla nəticələnir. Buna Albert Eynşteynin nəzəriyyələri nəticəsində Nyutonun qanunlarının dəyişməsinə nümunə göstərə bilərik. Psixologiya və digər sosial elmlərdə yeni paradigmalars – əgər belə demək mümkündürsə – daha çox insanların diqqətini cəlb etmək və maraq doğurmaq üçün faydalı olur. Lakin yeni paradigmalars uzun müddət mövcud olanları əvəz etmir və hətta bəzi hallarda daha əvvəl mövcud olan paradigmalars növbəti illərdə yenidən aktuallıq qazanır. Beləliklə, koqnitiv inqilab müasir psixologiyada köklü dəyişikliklərin müşahidə edilməsi ilə nəticələnsə də, bu prosesi əvvəl mövcud olan konseptlərə qarşı “əsl üsyan” kimi nəzərə almaq doğru deyil.

Psixologiyada əsl inqilab bu elm sahəsi öz “ruhuna” yenidən qovuşduqda və insan təbiəti ilə bağlı fikirlərin formalaşdırılmasında istifadə edilən məhdud elmi və tibbi modellərin “qandalından” xilas olduqda baş verəcək. Qərb psixologiyasında düşünüən və nəzakətli davranan insan “kompleksinin” ortaya çıxmasının mümkün olmasına inanılır. Sadəcə olaraq dərk edilməlidir ki, arzuolunan bu kompleksin ortaya çıxması üçün zəruri olan bioloji, psixoloji və sosial-mədəni faktorların qarşılıqlı təsiri bitkilərdə günəş enerjisi, karbon qazı və sudan istifadə olunmaqla mürəkkəb üzvi maddələrin yarandığı fotosintez prosesin-

də müşahidə olunan hidrogen, oksigen və karbonun qarşılıqlı təsiri qədər sadə ola bilməz.

Koqnitiv psixologiya inqilabı psixologiya sahəsini məhdud və qeyri-elmi yanaşmaların mənəşəsindən xilas etmək funskiyası daşıyır. Lakin koqnitiv inqilabın hələ də bioloji, psixoloji və sosial-mədəni faktorları məhdudlaşdırması faktını qeyd etmək lazımdır. Mənəvi komponentlərin əhəmiyyəti haqda müasir elmi dəlillər kifayət qədər çox olsa da, bu inqilabda vurğulanan məqama hələ də biganə qalınır. Mənəvi komponentlərlə müqayisədə daha asan izah olunduğu üçün koqnitiv psixologiya inqilabı qeyd etdiyimiz bu üç komponentlə məhdudlaşdırılır. Bunun bir səbəbi də mənəvi komponentlərin dini baxışlarla əlaqələndirilməsi və heç bir əsas olmadan inkar edilməsidir. Sırf bu kimi məsələlərə görə müasir psixologiyada anlaşılmaz və natamam məqamlar kifayət qədər çoxdur. Bu, bir insanın fotosintez prosesində karbon, hidrogen və oksigendən istifadə olunmaqla qlükozanın yaranmasını düşünməsinə, amma sadəcə daha geniş anlayış olduğuna və qeyri-müəyyən hesab edildiyinə görə günəş enerjisini nəzərə almamasına oxşayır. Bunu da vurğulamaq lazımdır ki, əqli proseslərin mənəvi inam faktoru və elmi tərəqqi nəzərə alınmadan tədqiq edilməsi həmişə çox mürəkkəb sahə hesab ediləcək. Çünki impulslar və onlara əks olan cavablar, səbəblər və təsirlər elə bir formada qarşılıqlı əlaqədə olacaq ki, bunların müşahidə edilməsi və ölçülməsi üçün mükəmməl metodlar mümkün olmayacaq.

### Təfükkür və bədən: ağıl müəmması

İnsanların mənəvi-psixoloji və intellektual vəziyyətinin araşdırılması bizi ən çətin suallardan biri ilə qarşı-qarşıya qoyur. Bədən və ağıl arasında necə bir əlaqə var? Bu suala

cavab vermək üçün fəlsəfi ideyalar, dini inanclar, beyin və sinir sistemi xüsusi olaraq qeyd edilməklə biologiya və anatomiya sahəsində aparılan araşdırmalar nəzərə alınmalıdır. Kitabı yazmaqda əsas məqsədim bu məsələni geniş şəkildə müzakirə etmək deyildir. Ona görə də bu mövzuya geniş yer verməyəcəm. Bununla belə, müasir psixo-bioloji araşdırmalar nöqtəyi-nəzərindən İslam dinində təfəkkür mövzusunda tədqiqatımızla bağlı bəzi ziddiyyətli məqamlara toxunmaq faydalı ola bilər.

Bir qrup alim bu qənaətdədir ki, insan beyni, davranışı və düşünməsinə nəzarəti ağıl həyata keçirir. Məşhur ingilis nevropatoloq və sinir sistemi ilə bağlı fundamental araşdırmalarına görə Nobel mükafatı laureatı olan Con Ekkls (John Eccles) bu qrupun əsas simalarından biridir. Con Ekkls və onu dəstəkləyən digər alimlər təsdiq edirlər ki, insan beyni və sinir sistemi haqda araşdırmalar ancaq ağılın, ruhun və “özünü dərk edən ağılın” mövcud olması ilə daha dəqiq izah oluna bilər (7). Onlar sonradan məsələyə daha da geniş aspektdən yanaşaraq yeni iddialar irəli sürmüşlər. Bu alimlər qeyri-maddi olan bu məfhumun sinir sistemi və insanın bütün davranış fəaliyyətlərinə nəzarət etdiyini düşünməkdədirlər. Materialist düşüncənin daşıyıcısı olan insanlar iddia edirlər ki, yalnız beyin bütün koqnitiv proseslərə və davranışa nəzarət edir. Əgər bu yanaşma doğru olsaydı, heç bir insan beyni tərəfindən alınan qərara qarşı gələ və ya bununla mübarizə apara bilməzdi. Təcrübələr göstərir ki, bu yanaşma doğru deyil. Məsələn, könüllü olaraq təcrübədə iştirak edən bir insanın serebral korteksinin motor sahəsinin müəyyən sahələrinə elektrik impulsları verildikdə həmin şəxs buna dərhal əlini çəkməklə reaksiya verir. Bu şəxsə əlini tərpətməməyi tapşırırsalar və beyinə elektrik siqnallarının verilməsi yenidən təkrarlansa, onun əli özündən asılı olma-

dan yenə hərəkət edəcək. Əgər bu proses yenidən təkrar edilsə, həmin şəxs digər əli ilə hərəkət edən əlinə mane olmağa cəhd göstərə bilər. Bunu təcrübi olaraq hər kəs yoxlaya bilər. Bədənin idarə edilməsindən yalnız beyin cavabdeh olsaydı, onda həmin şəxs beyinin əmrinə qarşı çıxma bilməzdi. Bəs nə üçün o, digər əli ilə hərəkət edən əlinə mane olmağa çalışır? Deməli, beyin bunu hərəkət etdirir, amma ağıl isə hərəkəti saxlamağa cəhd edir.

Ekkls və onu dəstəkləyən alimlər ağıl və beyin arasındakı əlaqəni izah etmək məqsədilə teletranslyasiya (teleyayım) mərkəzi ilə televizor arasındakı əlaqəni nümunə göstərirlər. Con Ekkls qeyd edir ki, qeyri-maddi və özünü dərk edən ağıl mütəmadi olaraq beyini nəzərdən keçirir, tədqiq edir və nəzarətdə saxlayır (8). Əgər beyin zədələnsə və ya insan şüurunu itirsə, ağıl öz missiyasını davam etdirəcək. Amma görülən işin nəticəsi beyinin məlumatları qəbul etmə keyfiyyətindən birbaşa asılıdır. Məsələn, əgər televizorda hər hansı bir nasazlıq yaranarsa, yayımlanan görüntülərin keyfiyyəti itər və ya həmin kadrlar tamamilə yox olar. Məsələyə bu nöqtəyi-nəzərdən yanaşsaq, uşaqların televizor ekranında gördükləri insanlar və əşyaların televizorun içində olmasına inanmaları kimi sadəlövhlik olardı. Bu məsələ dörd yaşlı qardaşım qızı Əminə ilə olan söhbətimi xatırladır. Bir gün Əminəyə qonağımızın hər gün "Omdurman" radiosunda Quran oxuyan məşhur şeyx Həmid Ömər Əl-İmran olduğunu deyəndə mənə təəccüblə baxaraq soruşdu: "Əmi, bu böyüklükdə adam balaca radionun içinə necə yerləşir?"

Con Ekkls məşhur filosof Karl Popperlə birlikdə qələmə aldığı "İnsan və onun beyni" adlı möhtəşəm əsərində ruhun ölməzliyi ilə bağlı dini inanclarla razılaşdığını bildirir. Dərin düşüncəli alim araşdırmalarının nəticəsində öz-özünə sual verir: "Ölümdən sonra ağılla bağlı vəziyyət

necə olur? Nəhayət, təbii olaraq ən son mərhələyə gəlib çatırıq. Ölüm vaxtı nə baş verir? Bütün beyin fəaliyyətləri əbədi olaraq dayanır. Özünü dərk edən və mütəmadi olaraq beyini nəzərdən keçirən, tədqiq edən və nəzarətdə saxlayan ağıl başa düşür ki, beyin artıq onun siqnallarına cavab vermir. Sonra nə baş verdiyini bilmək bu vacib suala cavab tapmaq deməkdir" (9).

Con Ekklsin də qeyd etdiyi kimi, daima beyinin ölümündən sonra nəyin baş verməsini müəyyən etmək alimləri, eləcə də dünyəvi insanları ən çox maraqlandıran məsələlərdən biri olacaq. Bu, həmişə maraq olaraq da qalacaq, çünki Allah ruhun əsl mahiyyətinin, bədənə münasibəti və ölümündən sonrakı vəziyyətinin heç vaxt bu dünyada insanlar üçün aydınlığa qovuşmayacağını bəyan etmişdir. Ölümündən sonrakı vəziyyət barədə sirr pərdəsi qalxsaydı, ruhumuzla bağlı bütün həqiqətlər ortaya çıxardı və dünyanın imtahan olmasının mənası itərdi. Peyğəmbərə ruh haqqında soruşulduqdan sonra ona aşağıdakı ayələr nazil olmuşdur: "Səndən ruh haqqında soruşurlar. De: "Ruh Rəbbimin əmrindəndir. Sizə yalnız az bir bilik verilmişdir" (17:85). Beləliklə, ruhun əsl mahiyyəti haqqında məlumat mümkün olmayacaq. İslamda müsəlmanların mümkün olan məsələlər haqda təfəkkür etmələri tövsiyə olunur. Buna görə də yuxarıdakı sualın dəqiq cavabı olmadıği üçün qaranlıq məsələ olaraq qalacaq.

Bəzi alimlər bu suala fəlsəfi, dini və ya psixoloji nöqteyi-nəzərdən cavab tapmağın mümkün olmadığını başa düşdükdən sonra məsələyə bioloji aspektdən yanaşmağın daha asan və "elmi cəhətdən" daha dəqiq olduğunu düşünə bilərlər. Əslində, məsələyə bioloji aspektdən yanaşmaq heç də sadə proses deyil. Belə ki, bu hal daha mürəkkəb vəziyyətlə nəticələnə bilər, çünki biologiya və fizikada təfəsiləli tədqiqatlar fəlsəfə və ruhçuluq mövzula-

rına müdaxilə ilə yekunlaşır. Uilyam Uttal (William Uttal) "Ağılın psixologiyası" adlı məşhur əsərində yazır: "Müasir dövrdə insan beyninin işləməsi ilə bağlı aparılan bütün araşdırmalar və edilmiş kəşflər bədən və ağıl arasındakı əlaqənin müəyyən edilməsi baxımından heç bir irəliləyişə nail olmağa töhfə verməmişdir" (10). Uttal qeyd edir ki, bütün bu proseslərin nəticəsində sadəcə cavabsız sualların sayında artım müşahidə olunur. Hələ də 2000 il bundan əvvəl-Aristotelin dövründəki suallara qaneedici cavablar verilməyib.

Bədən və ağıl arasındakı əlaqənin müəyyən edilməsi üçün aparılan müasir bioloji tədqiqatlar nəticəsində ortaya çıxan daha bir mürəkkəb sual beyinə təsir göstərən və sinir sistemi hərəkətlərini tənzimləyən ürəyin oynadığı rolla ilə bağlıdır. Cosef Pirs (Joseph Pearce) tərəfindən qələmə alınan və insanı düşünməyə sövq edən "Təkamülün sonu" adlı kitabda qeyd olunur ki, insan ürəyi yalnız damarlarda qan cərəyanını təmin etmə funksiyası daşıyan orqan deyil. O, ürəyin beyinə müvafiq cavablar vermək missiyasına malik olduğunu da xatırladır. Beynin işləməsində vacib rol oynayan nevroötürücülərin ürək-də də mövcud olması aşkar edilmişdir. Cosef Pirs yazır: "Ürəyin işləməsi bədən və beyinin fəaliyyətlərindən daha əvvəl baş verir... Biz artıq bilirik ki, ürək hormonal vasitələr, ötürücülər və bəlkə də kommunikasiyanın mümkün kvant enerjisi vasitəsilə beyini idarə edərək bu orqana nəzarət edir" (11).

Cosef Pirsin dediyi həqiqətdirsə, onda süni plastik ürək real və süni yolla köçürülmüş ürək tərəfindən yerinə yetirilən fəaliyyətləri icra etmək iqtidarında olmur. Bu o deməkdir ki, orqan transplantasiyası nəticəsində ürək köçürülən şəxs donorun hərəkətlərinə oxşar davranışlar nümayiş etdirə bilər. Nəhayət, Cosef Pirsin ürəyin beyin

və bədən üzərində uzaqdan nəzarət etməklə təsir qüvvəsinə malik olması ilə bağlı dedikləri elmi dəlillərlə sübut olunmalıdır.

Cosef Pirs birinci məsələ ilə bağlı ilk dəfə ürək transplantasiyası əməliyyatını yerinə yetirən məşhur ürək cərrahı Kristian Barnardın (Christian Barnard) "Biz artıq süni ürək ideyasından əl çəkməliyik, çünki ürəyin sadəcə qan cərəyanını icra edən orqan olmadığına əminik" fikrinə istinad edir (12).

İkinci məsələyə gəldikdə isə Pirs təsdiq edir ki, ürəyin daha güclü enerji (və ya İslam inancına görə, ruh) tərəfindən idarə olunmasına baxmayaraq, ürək transplantasiyası əməliyyatından sonra başqa şəxslərin ürəklərinə sahib olanlar donorların müəyyən davranışlarının eynisini təkrarlayırlar (13). Alim oxuculara qeyri-lokallaşdırma, yəni uzaqdan idarə etmə ilə bağlı ürəkdən alınmış və mikroskop vasitəsilə nəzərdən keçirilən iki hüceyrə üzərində aparılmış təcrübə haqda məlumat verir. Birinci təcrübədə bu iki hüceyrə tamamilə ayrı məkanlarda saxlanılır, onlar ləxələnirlər və fəaliyyətləri sona çatır. Amma ikinci təcrübədə bu oxşar hüceyrələr bir-birilərinə yaxınlaşdırılır və onlar sinxronlaşaraq bərabər döyünürlər. Pirs yazır: "Onların bir-birinə toxunmasına ehtiyac yoxdur, çünki bu hüceyrələr müəyyən məsafə səddini aşaraq da "ünsiyyət" qura bilir. Bu mexanizm çərçivəsində işləyən milyonlarla hüceyrədən formalaşan ürəklərimiz daha ali və uzaqdan idarə olunan zəkanın nəzarəti altındadır... Məsələyə bu aspektdən yanaşdıqda görürük ki, bizim fiziki və daha ali, universal olan iki ürəyimiz var. İkinci növü başa düşmək tamamilə fiziki ürəklərin dərk edilməsindən asılıdır" (14).

Cosef Pirsə görə, insanlar mənəviyyatla bağlı təfəkkür etdikdə və dərin düşündükdə mənəvi, ali və universal ürəklərindən istifadə edirlər ki, bu da beyinlərlə ünsiyyət quran fiziki ürəklərə birbaşa təsir edir. Sonuncu hadisə

isə insanların koqnitiv fəaliyyətlərinə təsir göstərir. Bu məsələ bəzi məziyyətlərinə görə Əbu Həmid Əl-Qəzzalının məşhur əsəri “İhya Ülum əd-Din”də (“İslam elmlərinin dirçəlməsi”) qeyd edilən məsələlərlə oxşarlıq təşkil edir. Əl-Qəzzali “İhya Ülum əd-Din”də qeyd edir: “Ruhun mərkəzinə nəzarətdə mənəvi ürək (qəlb) fiziki ürəkdən fərqli olsa da, mənəvi ürəyin funksiyası fiziki ürəklə əlaqəlidir. Buna görə də biz bioloji mühakimənin dini dialoqa necə çevrildiyini görə bilərik” (15).

Uttala görə, biz hələ də elm və texnologiyadakı misli görünməmiş inkişafın fonunda dərk edə bilmirik ki, sinir sistemi insanların şüurlu olması və dərk etmə prosesinə necə kömək edir. Bu iki məhfum insanların ən dəyərli xəzinəsidir. Mən belə düşünürəm ki, bu hal psixoloji, mənəvi və davranış nöqtəyi-nəzərindən yaradan və təfəkkürlə bağlı təfəkkür etmə və meditasiya üçün əsas məsələdir. Bütün bu məsələlər Sudan şairi Yusif Bəşir Əl-Tijaninin (Yusuf Bashir al-Tijani) “Həqiqət peyğəmbəri” adlı şeirində təqdim edilir.

*Həmin şeirin sətri tərcüməsi belədir:*

Allahım, mənə fəzilət bəxş et.  
Sən tilsimləri və gizli məqamları  
necə də gözəl xəlq etmişən.  
Ağıl səni bu sonsuzluqda necə dərk etsin?  
Bu həyatı kim planlaşdırıb idarə edir?  
Allahım, mənə gözəlliklər qismət et.  
Bu ağılın bizə ağah olmasına kim mane olur?  
Ağılın özündən də gizli olması  
əvvəldən belə olub, yoxsa mahiyyəti belə idi?  
Ey ağıl, ey ağılın xülyası,  
özün haqqında nəsə bir iddian var?  
Sənin həyatı quran qüdrətin  
dünyanı külə döndərə bilər (16).

## Təfəkkürün əsas ifadə vasitəsi: dil

Bu problemin mürəkkəb mahiyyətinə baxmayaraq, koqnitiv psixologiya sahəsində aparılmış tədqiqatlar nəticəsində insanların intellektual fəaliyyətləri və dilə olan münasibətləri ilə bağlı bəzi sirlər aydınlaşmışdır. Müasir kompüter elmləri sahəsində fəaliyyət göstərən mütəxəssislərin köməyi ilə insan aqlında məlumatların sinifləndirilməsinə görə istifadə olunan metodların izah edilməsi üçün sadələşdirilmiş proqramlar ərsəyə gətirmək mümkün olmuşdur. Məsələn, alimlər müəyyən etmişlər ki, dil həm müraciət etmək və ünsiyyət qurmaq üçün istifadə olunur, həm də düşünmə prosesinin təməlində dayanan əsas sistemdir. Konkret və mücərrəd mənalara söz simvolları vasitəsilə ifadə olunmasına nəzarət edən qaydalar olmasa, insanlar mücərrəd konsepsiyalar irəli sürə bilməzlər. Onlar keçmişdə yaşadıkları müxtəlif hadisələri xatırlamaq və təsəvvür etmək qabiliyyətindən də məhrum olduqları üçün üzləşdikləri problemlərlə bağlı həll yolları təklif edə bilməzlər. Fikirləşmək bu cür simvolları koqnitiv proseslər vasitəsilə istifadə etmək deməkdir.

Dilin əhəmiyyətini bariz şəkildə ifadə edən bu fikri daha geniş təhlil edək. Əgər bu yanaşma tamamilə və ya qismən doğrudursa, onda ərəb dilinin xüsusiyyətlərini, bu dilin ərəblər üzərindəki təsirini və ilahi buyruqların Quran vasitəsilə bütün insanlığa çatdırılması üçün məhz bu dilin seçilməsinin səbəblərini nəzərə almağımız da məqsədəuyğun olar. Allah Quranda deyir: “Şübhəsiz ki, zikri Biz nazil etdik, əlbəttə, Biz də onu qoruyacağıq” (15:9). Deməli, uca Allah vəhy etdiklərini və ərəb dilini qoruyur. Misirli alim Abbas Mahmud Əl-Aqqad ərəb di-

linin söz ehtiyatını və fonetik strukturunu bu müstəvidə müzakirə edir: “İnsan nitqi əla musiqi alətidir, amma keçmişdə və ya müasir zamanda heç bir xalq bunu ərəblər qədər mükəmməl istifadə etməmişdir. Bunun səbəbi odur ki, onlar bütün fonetik ardıcılığı ümumi şəkildə əlifbaya uyğunlaşdırmışlar. Ona görə də bu göstəricilər ərəb dilini incəsənət və ədəbi dil səviyyəsinə qaldırır” (17).

Əl-Aqqada görə, ərəb dilində müşahidə olunan xüsusiyyətlər başqa heç bir dildə mövcud deyil, çünki ərəb bəlağəti insanların özlərini hərf və ya sözlərlə ifadə etməyə başlamasından bəri nitq orqanlarının inkişafını ən yüksək səviyyəyə çatdırmışdır (18).

Ənvər Əl-Cundi “Əl-Fuşa: Luğat Əl-Quran” (“Klassik ərəb dili: Quranın dili”) kitabında ərəb dilinin xüsusiyyətlərini və İslam dininin təbliğ edilməsində bu dilin əhəmiyyətini belə izah edir: “Səhranın ortasında və köçəri xalqlar tərəfindən istifadə edilən ərəb dilinin mükəmməllik səviyyəsinə çatmasını görmək insanı heyrləndirməyə bilməz. Ərəb dili söz ehtiyatının zənginliyi, məna çalarlarının dəqiqliyi və mükəmməl struktura malik olması baxımından digər dilləri kölgədə qoyur. Bu dil haqqında digər xalqların məlumatı yox idi. Amma sonradan biz bu dil barədə öyrənmişik və həmin vaxtdan etibarən dildə heç bir dəyişiklik baş verməmişdir. Dilin keçdiyi inkişaf yoluna nəzər saldıqda “uşaqlıq” və “ahıllıq” mərhələsinə rast gəlmirik. Bu dilin mükəmməlliyi və nailiyyətlərindən başqa dil haqqında, demək olar ki, heç nə bilmirik. Alimlər tərəfindən tam struktura malik olan və qüsursuz qiymətləndirilən başqa bir dil mövcud deyil. Ərəb dili böyük coğrafi ərazidə istifadə olunur və uzaq ölkələrdə yaşayan insanlar da bu dil haqqında məlumatlıdırlar” (19).

## Koqnitiv fəaliyyətlərdən vərdiş halına gələn normal və qeyri-normal vərdişlərə doğru

Düşünmə prosesində dilin əhəmiyyətinə toxunmaqla həsiyə çıxdıq. Yenidən insanların koqnitiv fəaliyyətlərini dərk etmək üçün koqnitiv psixoloqlar və kompüter elmləri sahəsində mütəxəssislərin apardıqları araşdırmalara geri qayıdaq. Hər iki sahənin alimləri ehtiyac olduqda istifadə edilmək üçün məlumatların yaddaşda qalması, təhlil edilməsi və sinifləndirilməsi üçün insan qabiliyyətinin tədqiq edilməsində maraqlıdırlar. Onlar insanların düşünmə və problemlərin həll edilməsi zamanı müşahidə olunan prosesləri öyrənmək üçün çox sayda təcrübələr aparmış və əldə edilən məlumatlardan istifadə edərək insanların koqnitiv fəaliyyətlərini yamsılayan müxtəlif kompüter proqramları yazmışlar. Bəzi alimlər hətta insanların öz mühitlərinə uyğunlaşması müddətində fikirləşmə prosesi icra edərkən əsəb və psixi amillərin yamsılanmasına nail olmaq üçün də proqram hazırlamışlar. Bu araşdırmalar nəticəsində biheviarist psixoloqların məzmununun müəyyən edilməsinin qeyri-mümkün olması iddiası ilə biganə qaldıqları bir çox məsələyə aydınlıq gətirilmişdir. Biheviarist psixoloqların sadələşməsinə əhəmiyyətli hesab atdıqları impuls-cavab konseptinin yanlış olmasını izah edən çox sayda nəzəriyyələr də irəli sürülmüşdür. Bu araşdırmalarda müsəlman psixoloqlar üçün təfəkkür və ibadət etməyin əhəmiyyəti şərh edilmişdir. Daxili-sinxron, əqli-koqnitiv fəaliyyətləri dərk etmək üçün də yeni imkanlar müəyyən edilmişdir. Psixoterapevtlər və şəxsiyyət psixoloqları insanların daxili düşüncələrini və hisslərini aşkara çıxaran bu araşdırmalardan istifadə edir, normal

və anormal insan davranışlarının formalaşmasını müşahidə edirlər.

Daha əvvəl də qeyd etdiyim kimi, bihevioristlər insan şəxsiyyətinin, eləcə də normal və qeyri-normal davranışların formalaşmasına ətraf mühitin təsir etdiyini vurğulayırdılar. Daha dəqiq desək, onlara görə, ətrafdan gələn impulslar birbaşa davranış reaksiyalarına yol açır. Digər tərəfdən koqnitiv psixoloqlar da bu təcrübələr nəticəsində ortaya çıxan mənalara maraqlanırlar. Onlar iddia edirlər ki, təcrübələr isti səthə toxunduqda əlin geri çəkilməsi kimi refleks halları istisna olmaqla avtomatik olaraq reaksiyaların verilməsinə səbəb olmur. İnsanların ideyaları, inancları və qərarlarına təsir edən mürəkkəb cavablar və davranışlar növbəti impulslara məna verən hisslər və emosiyalardan qaynaqlanır. Başqa sözlə desək, bu proses insanların öz inancları, emosiyaları və hisslərinə olan təsirlər haqqında fikirləşməsidir. Əgər bu cür düşüncələr qadir olan Allahın yaratdıqları və onun mərhəməti haqqında olarsa, bu, insanların imanlarının artmasına və davranışlarının inancılara müvafiq olmasına səbəb olacaq. İnsanlar öz dünyəvi arzu və istəkləri haqqında fikirləşsələr, tədricən dindən uzaqlaşacaq və buna uyğun hərəkətlər edəcəklər. Çünki insanlar qorxu, məyusluq, uğursuzluq və pessimizm haqqında düşündükdə bu hal depressiya və psixoloji gərginliyə səbəb olur. Buna görə də koqnitiv psixoloqlar terapiyalarında pasiyentlərinin fərqli şüurlu düşüncələrdə olmasını diqqət mərkəzində saxlayırlar, çünki bu vəziyyət normal və əsəbi insanların hissləri və emosional davranışları ilə əlaqəlidir. Başqa sözlə desək, onlar insanların öz beyinlərindəki “proqram təminatlarını” dəyişdirmələrinə nail olmaq üçün cəhd edirlər. İstifadə olunan bu proqramlar insanların yaşadıklarına məna donu geyindirir. Bu cür koqnitiv fəaliyyət (avtomatik düşüncə) çox sürətli və

anidən baş verdiyi üçün təhlil edilmədikdə fərdlər bunun fərqlində olurlar.

Bu araşdırma ilə məlum oldu ki, qəsdən edilən hər bir hərəkət daxili koqnitiv fəaliyyədən sonra baş verir. Alimlər bunu da sübut etmişlər ki, fərdlərin fərqlində olub-olmamasından asılı olmayaraq insan ağı bu koqnitiv fəaliyyətləri sutka ərzində bir saniyə belə, sona çatdırmır. Misal üçün, hər hansı bir insan üzləşdiyi problem üçün həll yolları axtardıqdan sonra buna nail olmasa, həmin məsələni bir kənara qoyur və başqa işlərlə məşğul olur. Daha sonra heç bir düşünmə fəaliyyəti olmasa da, qəflətən ağına yaxşı bir fikir gəlir. Buna ən yaxşı nümunə Arximedin sonradan “Arximed qanunu” adlandırılan prinsipi anidən kəşf etməsi göstərilə bilər. Məsələn, kiminsə adını və ya hər hansı lazımi sözü xatırlaya bilməməyimizə baxmayaraq, sonradan həmin sözlər qəflətən yadımıza düşür. Buna görə də insanların müşahidə oluna bilən davranışlarını şüurlu və ya şüuraltı formada olmasından asılı olmayaaraq daxili koqnitiv fəaliyyətlər formalaşdırır. Uzun illər davam edən araşdırmalardan sonra koqnitiv psixologiya sahəsində fəaliyyət göstərən alimlər mürəkkəb insan davranışlarını sadə nəzəriyyələr çərçivəsinə salmağa cəhd göstərən psixologiya məktəblərinə qarşı çıxaraq bu nəticəyə gəlmişlər. Bundan əlavə, bu koqnitiv yanaşma İslam dinindəki mövqe ilə eynidir. Yəni daxili düşünmə prosesi olan təfəkkür hər bir yaxşı əməlin əsas səbəbi hesab edilən imanın onurğa sütunudur.

Hər bir hərəkətin daxili koqnitiv fəaliyyət (təsəvvür, yaddaş, bənzətmə, qavrama, emosiya və s.) ilə əlaqəli olmasının müəyyən edilməsindən əlavə olaraq həm də aşkar edilmişdir ki, koqnitiv fəaliyyət güclü olduqda hər hansı başqa bir fəaliyyət üçün motivasiyaedici qüvvə və ya stimol olur. Əgər insanlar bunları mütəmadi olaraq

təkrar edirlərsə, onda bu cür hərəkətlər vərdişə çevrilir. Bu vərdişlər heç də həmişə qabiliyyət hesab edilməməlidir. Çünki bu xüsusiyyətlər emosiya, mənəvi hisslər və münasibət də ola bilər. Ona görə də terapevtlər emosiya gərginliyi və ya buna bənzər problemlərdən əziyyət çəkən insanları müalicə etmək istədikdə bu cür davranışlara səbəb olan daxili düşünməni dəyişməyə cəhd göstərməlidir. Məsələn, əgər müalicə üçün müraciət edən insan sosial vəziyyətlərdən qorxursa, terapevt pasiyentin bu sosial qorxusuna səbəb olan mənfi düşüncəsini mütləq müəyyən etməlidir. Əgər pasiyent əcnəbilərlə danışdıqda, özünü onlara təqdim etdikdə və ya tanışlarından ibarət bir qrupun qarşısında çıxış etdikdə gülünc vəziyyətə düşəcəyini təsəvvür edərsə, terapevt bu düşüncələrin heç bir reallığa söykənməməsi, əsassız olması, pasiyentin pessimizmə köklənməsi faktlarını qeyd etməklə həmin şəxsin bu fikirlərdən uzaqlaşmasına nail olmalıdır. Həmin şəxs bu düşüncələrin onun davranışlarına hakim kəsilməsi reallığını öyrənməlidir. Bütün bu daxili düşüncələr dəyişdikdə davranışlar da buna müqabil dəyişəcək.

Bu cür terapiyalar mənfi ideyalar, fantaziyalar və emosiyalara qarşı situmullaşdırıcı cavabların verilməsi ilə də yerinə yetirilə bilər. Məsələn, terapevtlər fərqli sosial vəziyyətlərdən qorxan insanlar üçün real və ya xəyali sosial ssenariləri nümunə göstərməklə və pasiyentlərin psixoloji rahatlığını təmin etməklə problemi həll edə bilərlər. Hətta qumar oynamaq, alkoqoldan istifadə etmək və anormal cinsi davranışlar nümayiş etdirmək hər hansı bir insanda məmnunluq və psixoloji rahatlıq hissləri yaradırsa, terapevtlər bunun müalicəsi üçün çalışırlar. Onlar pasiyentə bu mənfi davranışların qorxu və psixoloji gərginliklə nəticələnəcəyini izah edirlər. Bu cür ikrah hissləri doğurmağa istiqamətlənən terapiya növündə terapevtlər sonrakı

fəsadları pasiyentlərə göstərmək üçün fərqli yollar seçə bilirlər. Məsələn, alkoqol və ya narkotik maddə aludəçisinə alkoqol qəbul etdikdən sonra ciddi baş ağrılarına səbəb olan iynə vurulur. Bu cür insanlar ağrı hissləri yaradan, amma zərərsiz hesab edilən elektrik cərəyanına da məruz qala bilirlər. Bu “mükafat və cəza” terapiyası həm də “qarşılıqlı dayandırma” üsulu kimi də qəbul edilir və müasir davranış terapiyasında ən uğurlu metodlardan biridir. Bu metod biheavioristlər tərəfindən kəşf edilsə də, koqnitiv terapistlər həmin müalicə üsulunu pasiyentlərin düşünmə və şüurlu hissləri ilə əlaqələndirib təkmilləşdirmişlər. Bu cür əlaqələndirmə və uyğunlaşdırma fonunda koqnitiv terapiyada müşahidə olunan inkişaf psixoloji terapiyanın ən uğurlu innovasiyalarından biridir.

Bu səbəbdən də koqnitiv psixologiyada insanların şüurlu düşünməsinin və daxili dialoqlarının onların hisslərinə və emosiyalarına təsir etməsi, davranış və inanclarının formalaşmasına töhfə verməsi faktı təbliğ edilir. Qısacası, insanların şüurlu düşünməsi və daxili dialoqları onların həyata baxış tərzini və dəyərlərini də müəyyən edə bilər. Emosionallıq nöqtəyi-nəzərindən koqnitiv terapiya deyil, müsəlmanların koqnitiv fəaliyyətləri nəzərə alındıqda koqnitiv proseslərin təfəkkür prosesinə olan təsiri aydın şəkildə hiss olunur. Bunu da qeyd etmək lazımdır ki, əgər müasir psixologiyada tamamilə istisna olunan ən güclü koqnitiv anlayış olan mənəviyyat və inam faktoru nəzərə alınsa, ruhların saflaşdırılması, ibadət edən şəxslərin dərəcəsinin yüksəldilməsi məsələsində təfəkkürün İslam aspektindən təsiri təsəvvür edilə bilər. Müsəlmanlar mənəvi tərəqqiyə nail olmaq üçün daxili “mükafatlandırma və cəzalandırma” strategiyalarını təfəkkür vasitəsilə nəzərdən keçirə bilirlər. Onların mənfi vərdislərdən əl çəkmələri üçün dünyəvi mükafatlar və ya elektrik cərə-

yanına ehtiyacları yoxdur. Müsəlmanlar daxili koqnitiv və mənəvi fəaliyyətlərini Allahın rəhmətini dərk etməyə istifadə etsələr, qəlblərində Allah sevgisi artar, məmnunluq, xoşbəxtlik duyğuları ruhlarına hakim kəsilər. Bu mövzu sonrakı fəsillərdə daha təfəsilatlı şəkildə müzakirə oluna-  
caq.

## İKİNCİ FƏSİL

### Təfəkkür: ilk müsəlman alimlərinin əsərləri

İlk fəsildə müsəlmanların davranışlarının düzgün tənzimlənməsinə və imanlarının artmasına təkan verən təfəkkürün əhəmiyyətini göstərmək məqsədilə insanların düşünməsi və koqnitiv fəaliyyətləri ilə bağlı psixologiya sahəsində əldə edilmiş nailiyyətlər haqqında ümumi məlumat verilmişdi. Əslində, düşünmənin, emosianın, qavramanın, xəyal qurmağın və ideyaların fərdlərin maraqları, inancları, şüurlu və qeyri-şüurlu fəaliyyətləri, yaxşı və pis vərdisləri kimi davranışlarının formalaşmasına olan təsiri dərk edildikdən sonra Quranda və sünnətdə yeri və göyləri yaradan Allah və onun rəhməti haqqında meditasiya və təfəkkür etməyin əhəmiyyətinin mütəmadi olaraq vurğulanmasını başa düşmək mümkün olur. Çünki ancaq Allah və onun sonsuz dərgahı haqqında təfəkkür etdikdə qəlblər sakitlik tapıb rahatlayar. İbn Qayyim Əl-Cövziyyə "Miftahü Dars-Saade" ("Səadət evinin açarı") adlı məşhur əsərində yazır: "Təfəkkür bütün yaxşılıqların və xeyirli işlərin başlanğıcı və açarıdır... Bu, ürəyin ən yaxşı funskiyası və ən müsbət mənada istifadə edilməsidir" (1).

Düşünmənin və koqnitiv proseslərin insanların inancına, münasibətlərinə və davranışlarına olan təsiri ilə bağlı ümumi yanaşmanı başa düşmək üçün Qərb psixologiyası yetmiş il gözləməli olmuşdur. Təbii ki, bu gün əldə edilmiş nailiyyətlərdən İslam dininin ilk alimləri xəbərdar deyildilər. Son zamanlarda Qərb psixologiyasına məlum olan

və psixoloqları heyrləndirən koqnitiv prinsiplər və bunlarla bağlı aparılmış təcrübələr neçə əsr əvvəl İbn Qayyim Əl-Cövziyyə (həm də İbn Əl-Qayyim olaraq da tanınır), Əbu Zeyd Əl-Bəlxi, Əl-Qəzzali, İbn Miskəveyh və başqa alimlərə məlum idi. Əbu Zeyd Əl-Bəlxi şah əsəri “Maşalih Əl-Abdan və Əl-Anfus”də (“Bədənin və ruhun qidası”) təfəkkürün və daxili düşüncələrin sağlamlığa olan təsirini göstərmişdir. Əl-Bəlxinin qeyd etdiyi məsələlər onun ölümündən təxminən on əsr sonra elm dünyasına məlum olmağa başlamışdır. Ona görə, sağlam insanlar evlərində hər hansı gözlənilməz hadisələrə hazır olmaq məqsədilə ilk yardım çantası və ya müəyyən dərmanlar saxladığı kimi, gözlənilməz emosional “partlayışlar”a vaxtında reaksiya verə bilmək üçün də təfəkkür etməli və dərin düşünməlidirlər (2).

Başqa müsəlman alimləri də düşünmənin, təfəkkür etmənin əhəmiyyətini vurğulamışlar. Onlar qeyd etmişlər ki, insanların düşüncələrinə hakim kəsilən təsəvvür və fikirlər real həyatda əsas motivasiyaedici qüvvədir və mütəmadi olaraq təkrar edildikdə vərdişə çevrilir. Həmçinin insanların fasiləsiz koqnitiv fəaliyyətlərinə–oyaq və yuxulu vaxtlarda heç vaxt ara verilməyən fəaliyyətlər–mövzusuna da toxunmuşlar. Bu alimlər saleh əməllər işləmək istəyən şəxslərə ürəklərinin səsinə qulaq asmağı, daxili dünyalarındakı müsbət ideyalara biganə qal-mamağı, daim Allahı xatırlamağı və kainatın yaradılması ilə bağlı təfəkkür etməyi məsləhət görmüşlər. Həmin mütəfəkkirlərə görə, zərərli fikir və ideyalar mənfi yola istiqamətləndirən təhriki edici qüvvəyə çevrilmədən onların dəyişdirilməsinə nail olmaq lazımdır. Belə ki, hər hansı bir motivin və ya meyilin dəyişdirilməsi sonradan baş verəcək hadisələrin qarşısının alınmasından, mənfi hərəkət və əməllərdən əl çəkmək insan xarakterində kök

salmış vərdişləri tərgitməkdən daha asandır. Müasir dövrdə davranışla bağlı terapiya aparən mütəxəssislərin dediklərini müsəlman alimləri neçə əsr bundan əvvəl qeyd etmişlər: “Hər hansı bir vərdişdən əl çəkməklə bağlı müalicə apardıqda şəxslərin həmin əmələ əks olan davranışlar sərgiləməsinə nail olunmalıdır”. Məşhur İslam alimi İbn Əl-Qayyimin “Əl-Favaid” (“Mənəvi faydalar”) adlı əsərini oxuduqdan sonra elə təəssürat yaranır ki, sanki onun müasir koqnitiv psixologiya sahəsindəki son nailiyyətlərdən xəbəri olmuşdur.

İbn Əl-Qayyim təfəsilatlı şəkildə izah edir ki, insanın etdiyi hər şeyin rüşeymi daxili dialoq nəticəsində ortaya çıxan düşüncələrdir. O bu anlayışı ərəb dilindəki “xavaatir” sözü ilə ifadə edir. “Xavaatir” sözü sürətli, daxili, gizli və çox düşüncə mənasına gələn “xaatirah” sözünün cəm formasıdır. Müasir koqnitiv psixoloqlar bunu koqnitiv terapevt Erin Bek tərəfindən (Aaron Beck) 1970-ci ildə kəşf olunduğu iddia olunan “avtomatik düşüncələr” ideyası ilə müqayisə edə bilərlər! Qeyd edilən müəllif “Koqnitiv terapiya və emosional pozuntular” adlı kitabının “Avtomatik düşüncələrin kəşfi” adlı altı səhifəlik fəslini bu mövzuya həsr etmiş və “bu kəşfi” barədə məlumat vermişdir (3).

İbn Əl-Qayyim bu koqnitiv konsepsiyayı izah etdikdən sonra mənfi fikir “ordusunun” insanların davranışlarına necə çevrilməsi prosesini dəqiqliklə təsvir edir. O, ehtiras, günah və emosional yüklü “xaatirah”ın insanlar tərəfindən nəzarət süzgəcindən keçirilməyib qəbul edilməsinin güclü şəhvətə yol açacağı ilə bağlı xəbərdarlıq etmişdir. Əgər mənfi emosiyalar üzərində qələbə qazanılmasa, bunlar müəyyən fəaliyyətlərə təkan verən və bu cür hərəkətlər üçün stimül olan güclü koqnitiv qüvvəyə çevriləcək. Bu təkanverici qüvvə və ya emosional motivasiya əks emosi-

yalar və ya motivlərlə neytrallaşdırılmayanda isə davranış reallığı kimi qəbul ediləcək. Məsələyə bu perspektivdən yanaşan İbn Əl-Qayyim inanırdı ki, emosional, fiziki və koqnitiv vərdişlər eyni inkişaf yolu keçir və bu yanaşma müasir koqnitiv psixoloqların düşüncələri ilə heyrətamiz dərəcədə eynilik təşkil edir. O, "Əl-Favaid"də düşüncələrin real fəaliyyətlər və sabit davranışlara çevrilməsini şərh etmişdir: "Bilmək lazımdır ki, hər hansı bir könüllü fəaliyyətin başlanğıcı "xavaatir" və "vəsaavis"dir ("vəsaavis" sözü "gizli pıçıltı" mənasına gələn "vəsvəsə" sözü-nün cəm formasıdır. Bu söz Quranda şeytanın insanları yoldan çıxarmaq üçün onların daxilində narahatlıq yaratmasını izah etmək üçün istifadə olunmuşdur: "yuvəsvisu fi sudurin-nas"). Bu "xavaatir" və "vəsaavis" şüurlu düşünməyə yol açır. Növbəti mərhələdə düşünmə yaddaş müstəvisinə keçir, bu fikirlər orada cəm olur və yaddaş bunları real həyatda mövcud olan bir fəaliyyət formasına keçirir və nümayiş etdirir. Bu hərəkətlərin təkrar olunması isə vərdişlərə çevrilir. Buna görə də şəhvani istəklərin və emosiyaların qarşısını sonradan kök salmış vərdişlərə çevrilmədən əvvəl almaq lazımdır" (4). İbn Əl-Qayyim mənfi fikirlərə qarşı güclü cəbhə almaqla xoşbəxt həyat sürməyi və haqq yolunda olmağı məsləhət görür. Əslində, mənfi düşüncələri idarə etmək sonradan formalaşan meyllərlə mübarizə aparmaqdan daha asandır. Hər hansı bir motivə ona əks olan stimula vasitəsilə qarşı çıxmaq olar, amma davranışlar vərdiş halına keçdikdən sonra bunların qarşısını almaq həddən artıq çox vaxt və səy tələb edir.

İbn Əl-Qayyim daxili koqnitiv fəaliyyətlərin mükəmməl izahını da verir və oxuculara xəbərdarlıq edir ki, Allah insanlara düşüncə və xəyallardan tamamilə xilas olmaq qabiliyyəti verməmişdir, çünki bu proses nəfəs almaq kimi təbiidir. Bununla belə, Allaha iman gətirmiş hər

bir ağıllı insan ancaq müsbət düşüncələri qəbul etməli və potensial təhlükə yaradan fikirləri özündən uzaqlaşdırmalıdır. İbn Əl-Qayyim yazır: “Allah insan aqlını gecə-gündüz durmadan fırlanan və mütəmadi olaraq dən üyüdən dəyirman daşı kimi yaratmışdır. Ağıllarını müsbət fikirlər və mənəvi təfəkkürlə qidalandıran insanlar dəyirmanlarına qarğıdalı və buğda tökənlərə oxşayırlar və nəticədə yüksək keyfiyyətli un əldə edilir. Amma bəzi insanların dəyirmanlarının daşları tozlu və kirlidir. Bir gün çörək bişirmə vaxtı yetişəndə hər qrupda olan insan öz dəyirmanlarından əldə edilən məhsulun (unun) keyfiyyətinə şahid olacaq”.

İbn Əl-Qayyim sonrakı hissələrdə vurğulayır ki, əməllər və davranışlar tək bir halda, yəni insanların daxili dünyaları və təfəkkür prosesləri Allahla mənəvi münasibətər çərçivəsində olduqda müsbət hesab edilə bilər. “Ancaq fikir və ideyalar müsbət olduqca koqnitiv mərhələlər də müsbət ola bilər. Əks təqdirdə mənfi nəticə verəcək. İnsanlar Allahla münasibətə can atdıqda və onun rizasına layiq olmaq istədikdə bu koqnitiv mərhələlər sağlam təməllər üzərində qurulur. Bütün yaxşılıqların və doğru yolların səbəbkarı Rəhman olan Allahdır. Uca Allahın rəhməti sayəsində insanlar nicat yolu tapır və onun rəhbərliyi ilə məhv olmaqdan xilas olurlar. Ancaq qüdrətli Allahdan üz döndərən qullar onun qəzəbinə tuş gəlirlər” (5).

Bu yanaşmalar çağdaş psixologiya kitablarında davranış problemlərinin həlli məqsədilə nəzərə alınan müasir koqnitiv terapiya yolları barədə yazılan fikirləri xatırladır. Amma dünyəvi psixologiyada islami dəyərlər və iman ölçüsü nəzərə alınmır. İlk müsəlman alimlərinin yazdıqları əsərlərdəki məlumatlar Quran və sünnətə əsaslanırdı və bu mənbələrdən əldə edilən biliklər faydalı psixologi-

ya prinsipləri qəlibinə salınırdı. Artıq müasir davranış və koqnitiv terapiya nəticəsində psixoloji və emosional pozğunluqların müalicə edilməsi üçün ən uyğun metod müəyyən edilmişdir: pasiyentləri arzuolunmaz vərdislərdən uzaqlaşdırmağa kömək etməklə hüzurlu şəraitdə fikirləşməyə sövq etmək. Bu metod ilk dəfə İbn Əl-Qayyim tərəfindən irəli sürülmüşdür. Məsələ burasındadır ki, pasiyentlərin daxili düşüncəsi və təxəyyülünə əsaslanan bu uğurlu davranış və koqnitiv terapiya təfəkkür qabiliyyəti ilə də əlaqəlidir. Bu hal “sistemli duyğusuzlaşdırma” adlandırılan məşhur müalicə metodunda daha bariz hiss olunur. “Sistemli duyğusuzlaşdırma” metodunda pasiyentlərə bütün gərginliklərdən uzaqlaşmaları, özlərini sahilə və ya çay şırıltısının eşidildiyi gözəl məkanlarda təsəvvür etmələri tövsiyə olunur. Sakitliyin təmin edildiyi bu cür meditasiya prosesində pasiyentlərə emosional pozğunluqlara səbəb olan vəziyyətləri təsəvvür etmək də tapşırılır. Bu vəziyyət sakitləşdirici duyğuların narahat hallar və gərginliklərə “qalib gəlməsinə” kimi təkrar olunur. Əslində, bu metodun “təfəkkür terapiyası” adlandırılması “sistemli duyğusuzlaşdırma”dan daha uğurlu bir seçim olardı.

Təfəkkür terapiyasının nəzəri əsaslarının formalaşmasına böyük töhfələr verən alimlərdən biri də Əl-Qəzzalidir. O, işi praktiki cəhətdən inkişaf etdirmişdir. Qəzzali “İhya Ülm əd-Din” əsərində əməlisaleh olmaq istəyən müsəlmanlara ilk olaraq özləri haqqında mənfi fikirləri dəyişdirməyi məsləhət görür. Sonrakı mərhələlərdə müsbət əməllər müsəlmanların gündəlik fəaliyyətlərinə çevrilənə kimi davam edilməlidir. Əl-Qəzzaliyə görə, psixi-koqnitiv aspektlə əməli davranışlar arasındakı əlaqə qaçınılmazdır. İnsanlar müəyyən davranışlar sərgilədikdə və ya bu davranışları yerinə yetirməyi təqlid etdikdə həmin əməl-

lərin təsirləri onların düşüncələri və emosiyalarında əks olunur. Bu insanların düşüncələri, duyğuları dəyişdikdə paralel olaraq davranışlar da dəyişəcək. Əl-Qəzzali bu prosesi belə izah edir: "İnsanlar müəyyən müddət ərzində təcrübə əldə etdikdən sonra gözəl davranışlara malik olurlar. İlk olaraq bu hərəkətləri təqlid edirlər. Onlar həm də bu əməllərin müsbət nəticələrini hiss edirlərmiş kimi davranırlar. Nəticədə bu davranışlar insanların təbiətinə "hopur". Bu, ürək və digər orqanlar, daha dəqiq desək, ruh və bədən arasındakı əlaqənin təzahürüdür. Ürəyin hiss etdiyi hər şey bütün orqanlarda hiss olunur və başqa orqanlar da buna dərhal reaksiya verirlər. Bunun əksinin olması da mümkündür, yəni başqa orqanlara aid xüsusiyyətlər ürəkdə də hiss oluna bilər. Bu proses dairəvi sistem kimi davam edir" (6).

Əl-Qəzzali həmçinin bir-birinə əks olan impulsar istifadə edilməklə aparılan terapiya və idrak prosesinə əsaslanan tədrici yanaşmanın əlaqələndirildiyi metoda da toxunmuşdur. O, davranış terapiyası ilə bağlı çağdaş nailiyyətləri ümumiləşdirirmiş kimi qısa və konkret şəkildə yazır: "Fiziki sağlamlığa (bədənimizə) təsir edən xəstəliklər əks metodlarla müalicə olunduğu kimi — soyuqdəymə istiliklə, qızdırma soyuqla — ürəyin xəstəlikləri də əks təsirlərlə müalicə olunmalıdır. Cahillik xəstəliyi elmlə, tamahkarlıq xəstəliyi səxavətliliklə, qürur xəstəliyi isə təvazökarlıqla sağala bilər. Hər hansı bir şagirdin vərdiş halına gətirdiyi pis əməllərdən gözəl davranışları yerinə yetirməklə əl çəkmək istəməsi zamanı bu metodun təsiri daha çox nəzərə çarpır. Bu məqamda həmin şagirdin şeyxi (müəllimi) onun çox pis hesab edilən vərdişinin dərəcəsini tədricən azaltmaqla mərhələli şəkildə bu vəziyyətə son qoya bilər. Bu, qan ləkəsini birbaşa su ilə təmizləmək mümkün olmadıqda həmin ləkəni ilk olaraq

sidiklə yuduqdan sonra sidiyi su ilə təmizləyən adamın vəziyyətinə bənzəyir" (7).

Əl-Qəzzali həmişə əsəbi olan və başqalarına qarşı qəzəblənən bir insanın özünü müalicə etməsi ilə bağlı nümunə verir. Çünki həmin adam hirslenməmək, səbirli olmaq və daha yaxşı təfəkkür etmək üçün özünü müalicə edir. Qəhrəmanımız daha da irəli gedərək belə bir addım atır: "...onu başqa insanların gözü qarşısında mütəmadi olaraq təhqir etməsi üçün bir insana pul verir ki, bu vəziyyətdə təfəkkür etməklə və Allahı xatırlamaqla səbirli olmağı və əsəblərini cilovlamağı öyrənsin. Onun məqsədi səbirli olmaq vərdişinə həmişəlik malik olmaqdır" (8).

Bu nümunə təfəkkürün və Allah qorxusunun müsəlmanlarda müsbət dəyişikliklərə yol açmaq üçün əsas amillərdən olduğunu göstərir. Yəni təfəkkür və Allah qorxusu olmadıqda mənfi vərdiş və davranışların dəyişdirilməsi mümkün deyil. Buna görə də Əl-Qəzzali "Əl-Hikmət fi Məxluqatı Allah" ("Allahın yaratdıqlarında gizlənən hikmət") adlı əsərində təfəkkürün bütün yaxşılıqların açarı olduğunu israrla qeyd edir, çünki bu proses imanlı şəxslərin Allahı xatırlaması, onun rəhmətini dərk etməsi də daxil olmaqla bütün koqnitiv fəaliyyətləri özündə ehtiva edir. O yazır: "Allahın varlığının bu formada dərk edilməsi onun yaratdıqlarını tərənnüm etmək, möcüzələri haqqında təfəkkür etmək və sonsuz hikmətini qəbul etmək üçündür... Bu, əminliyin və xoşbəxtliyin artırılması və təqva səviyyəsində fərqliliklərin görülməsidir.... Qadir Allah insanlara ağıl bəxş etmiş və vəhy yolu ilə onun yaratdıqları haqqında fikirləşməyi, təfəkkür etməyi və möcüzələrindən dərs çıxarmağı əmr etmişdir" (9).

Təbii ki, bu cür təfəkkür iman gətirən şəxslərin intellektual, emosional qavrayış və temperament perspektivlərini, yəni onların psixoloji, koqnitiv və mənəvi fəaliyyətlərini

özündə əks etdirir. Hər hansı bir şəxsin Allahı xatırlamasına baxmayaraq, yaradılış haqqında təfəkkür etməməsini və ya təfəkkür edən hər hansı bir şəxsin Allahı xatırlamasını təsəvvür etmək mümkün deyil. Bu hal bizə Əl-Həsən Əl-Bəsrinin məşhur cümləsini xatırladır: “Elm əhli olan insanlar düşüncələrini Allahı xatırlamaqla (zikirlə) zənginləşdirir və uca yaradanı xatırladıqda təfəkkür edirlər. Hər iki halda ürəkləri hikmət yüklü cavablar verənə kimi bu orqandan cavab gözləyirlər” (10).

İnsanların təfəkkür etməsi bir insanın edə biləcəyi ən müqəddəs və faydalı davranışdır. Bu proses ərzində insanların ürəkləri Allah qorxusu ilə mütiləşir və onlar ətrafdakı hadisələrə intellektual fəaliyyətlərinə nəzarət edən həssas emosiyalarla reaksiya verirlər. Bir dəfə ibadət edən bir möminə deyirlər: “Sən saatlarla təfəkkür edirsən”. Mömin belə cavab verir: “Təfəkkür ağılın özəyidir”. Sufyan Əl-Sauri tez-tez bu şeirdən sitat gətirir (sətri tərcümə):

Əgər bir insan təfəkkür etməyə vərdisə etsə,  
həmin insan hər hadisədən bir dərs çıxarar (11).

Hər əməlin mənşəyi koqnitiv, emosional və ya intellektual fəaliyyət olduğu üçün uzun müddət təfəkkür edən şəxslər ibadətlərini daha asan yerinə yetirir və Allaha daha çox itaət edirlər. Əl-Qəzzali bilik və təfəkkürün dəyəri haqda “İhya Ülum əd-Din” əsərində yazır: “Qəlb-lər elm işığına bələndikdə vəziyyəti dəyişir. Bu dəyişiklik başqa orqanların funksiyalarının dəyişilməsi ilə müşayiət olunur. Funksiyalar ürəyin vəziyyətinə uyğunlaşır və ürək də biliyə tabe olur. Biliklər elmi düşüncələrə yol açır. Düşüncələr bütün yaxşılıqların açarı və başlanğıcıdır. Bu vəziyyət sizə təfəkkürün kəramətini hiss etdirəcək, çünki təfəkkür özündə zikri və başqa əməlləri ehtiva edir” (12).

Koqnitiv fəaliyyətlər bütün bəyənılən əməllərin açarındır. Həmçinin itaətsizliyin qarşısını qeyri-müəyyən və ya aşkar formada alma mexanizmidir. Allahın yaratdığı əsrarəngiz gözəlliklər haqqında təfəkkür etdikdə ürək hikmət nuruna qərq olur və uzun müddət davam edən təfəkkür və zikr nəticəsində həssas olan ağıldan keçən mənfi fikirləri asanlıqla hiss edə bilər. Bədəndəki immunitet sisteminin mikrob və antigenləri müəyyən etməsi, sonradan immunqlobinlər və ixtisaslaşmış hüceyrələr vasitəsilə bunları məhv etməsi kimi ağıl da bu mənfi fikirləri dərhal müəyyən edir, zərərsizləşdirir və təsirini azaldır. Davamlı olaraq Allahı zikr edən və yaradanla bağlı təfəkkür edən şəxslərin ruhları mühafizə olunan qala kimidir. Hər hansı yad bir element bura daxil olmaq istədikdə təfəkkür və zikr sayəsində sağlam təmələ malik düşüncə dərhal bunların qarşısını alır. Quranda yazılır: “Allahdan qorxanlara şeytandan bir vəsvəsə toxunduğu zaman Allahı xatırlayar və dərhal gerçəyi görürlər” (7:201). Bundan sonra insan tərəfindən yerinə yetirilən bütün koqnitiv fəaliyyətlərin düşünmə prosesində istifadə edilməsi təmin edilir. Lakin bu proses dünya sərhədlərini aşaraq ölümdən sonrakı həyatın sonsuz nemətlərinə qədər geniş konteksti əhatə etdiyinə və obyekt olaraq yaradılış deyil, yaradan seçildiyinə görə dünyəvi düşüncədən fərqlidir. Məlumdur ki, gündəlik fikir və düşüncələr dünyəvi problemlərin həllinə istiqamətlənir, duyğu, ehtiras və emosiyadan uzaqlaşır. Təfəkkür nəticəsində dünya sərhədləri və məhdudiyyətləri aşılır və ruh sonsuz azadlığa qovuşur. Təfəkkür bu məziyyətinə görə imanlı insanların daxili və xarici, psixoloji və mənəvi xüsusiyyətlərini stimullaşdırmaqla meditasiyaya təkan vermək gücünə malikdir. Dərindən təfəkkür edən imanlı şəxslər haqqında düşündükləri əşyalar və hadisələri keçmiş təcrübələrin süzgəcindən süzülən mə-

lumatlar, simvollar, dilin istifadəsi, keçmişdə qurduqları xəyallar və gələcəklə bağlı təsəvvürləri çərçivəsində dərk edirlər. Onlar bütün bu fərqli düşüncələri və yanaşmaları Allah qorxusu və sevgisi ilə bütünləşdirirlər. Beləliklə, İslam dinində təfəkkür düşüncə, dərkətmə, təxəyyül, sevgi, duyğu, emosiya və mənəvi elementləri özündə birləşdirsə də, nəticə tamamilə yeni anlayışdır və tərkibindəki bütün ünsürlərdən fərqlidir.

Bu prosesin fotosintezlə oxşar tərəfləri vardır. Bitkilərdə fotosintez prosesinin baş verməsi üçün karbon, oksigen və hidrogen zəruridir, İslam dini kontekstində təfəkkür prosesi isə düşüncə, təxəyyül, hisslər kimi psixoloji “tərkib hissələri” olmadan baş verə bilməz. Yaşıl yarpaqların üzərində parıldayan günəş şüaları karbon dioksid qazını və şəffaf suyu qlükoza çevirir. Qlükoza nə hidrogenə, nə oksigenə, nə də ki, karbona bənzəyən yeni maddədir. Bunun kimi mənəvi yüksəliş də ruhu nurlandırır və daxili koqnitiv prosesinin daha yüksək dərəcəyə çatmasına səbəb olur.

Bu konsept Əl-Qəzzalının “İslamda təfəkkür üçüncü məlumatın əldə edilməsinə nail olmaq məqsədilə ürək-də iki məlumatın çarpışmasıdır” fikrini xatırladır. Qəzzali yazır: “Bu fani dünyaya bağlı olanlar və axirət dünyasının (həyatının) bu dünyadan daha əhəmiyyətli olub-olmaması ilə maraqlananlar ilk olaraq bunları bilməlidirlər: Birincisi, daimi olana üstünlük verilməlidir, ikincisi isə axirət dünyası daimidir. Bu ikisi əsasında üçüncü məlumat agah olur, yəni axirət dünyasına üstünlük verilməlidir. Axirət dünyasının bu fani dünyadan daha üstün hesab edilməsi reallığının başa düşülməsi ilk iki məlumata əsaslanır” (13).

Əl-Qəzzaliyə görə, məlumatların əldə edilməsi və nəticələrin çıxarılması bu cür proseslərlə əlaqəli olmalıdır,

çünkü başqa bir məlumat sırf əvvəlki məlumatlardan qaynaqlanır. Hətta təfəkkür edən müsəlmanlar əgər bu məlumatları düzgün sinifləndirib lazımi nəticələr əldə etsələr, bu proses ölüm baş verənə kimi davam edəcək və bunun qarşısını almaq mümkün olmayacaq. Əl-Qəzzali materialist düşüncə tərzilə təfəkkür arasındakı fərqi göstərir. Əgər təfəkkür prosesinə təkan verən ilkin məlumatlar olmasa, insanlar təfəkkür etmək iqtidarından məhrum olacaqlar. Əslində, cahil bədəvilər atomun hissəcikləri olan elektron və protonlar haqqında təfəkkür edə bilməzlər. Eləcə də Allahın varlığını inkar edən şəxslər də fizika sahəsində mütəxəssis olsalar belə, ilahi varlıq haqqında təfəkkür etməkdə acizdirlər. Qəzzali yazır: “Bir çox insanlar təməl bilik “investisiyası” olan “kapitalları” olmadığına görə bilik səviyyələrini artırma bilmirlər. Bu, malı-mülkü olmayan və bu səbəbdən də mənfəət əldə etməyən insanın vəziyyəti ilə eynilik təşkil edir. Məsələyə daha başqa aspektdən də yanaşmaq olar. Həmin insanın malı, əmtəəsi olsa da, ticarət sahəsində təcrübəyə malik deyil. Ola bilsin ki, hər hansı bir insan bilik kapitalı olan məlumatlara sahibdir, amma məlumatları sistemli olaraq istifadə edib son nəticəni əldə edə bilmir və “mənfəət”dən məhrum olur” (14).

İslam dinində təfəkkür prosesi bir-biri ilə qarşılıqlı əlaqəsi olan üç mərhələdən keçdikdən sonra mənim “mənəvi idrak” (şühud) adlandırdığım dördüncü, yəni final mərhələsinə çatır. İlk mərhələ duyğu orqanları — göz, qulaq, əl, burun və dil — vasitəsilə ilk biliklərin birbaşa və ya təsəvvür etməklə əldə olunmasıdır. Bu cür informasiya tamamilə intellektual mahiyyətdədir və özündə emosionallıq aspektlərini ehtiva etmir.

İkinci mərhələ insanların bu məlumatları daha diqqətlə nəzərdən keçirməsi, bunların həqiqi olub-olmamasını

müəyyən etməsi və bəzi xüsusiyyətlərini nəzərə alması kimi prosesləri əks etdirir. Bu mərhələ primitiv qavrama fəaliyyətindən növbəti mərhələyə keçiddir. Burada nəzərə alınan əşya və məfhumlar gözəllik, mükəmməllik, sonsuzluq, möcüzəvilik müstəvisində təhlil edilir.

Üçüncü mərhələdə təfəkkür edən şəxs artıq həmin əşya, məfhum və yaradan arasındakı sərhədi adlayır və sonrakı dərəcəyə nail olur. Bu məqamda hər şeyi xəlq edən Allaha tabe olmaq və hər kəsin bütün varlığı ilə ona itaət etməsinin zəruri olmasına dair hisslər həmin insanın varlığına hakim kəsilir. Artıq bu mərhələdə Allahdan başqa heç bir şeyin əhəmiyyəti olmur.

Bu meditasiya mütəmadi olduqda və Allahı zikr etməklə artıq insanların xarakterinə hopduqda dördüncü mərhələyə keçid baş verir: mənəvi idrak. Bu məqamda dərinləndən təfəkkür etmə ilə bütünləşən və möhkəmlənən mənəvi hisslər ibadət edən şəxslərin xarakterinə çevrilir. İnsanlar Allaha doğru daha çox addım atır və ondan daha çox qorxmağa başlayırlar. Bu cür hiss və duyğular mütəmadi baş verir və bu hisslərin sözlə ifadəsi qeyri-mümkündür.

Yaradılışın müşahidə edilməsi yaradana inanan və inanmayan şəxslər tərəfindən eyni-qaydada icra edilən sadə bir prosesdir. İkinci mərhələdə isə gözəlliklər və möcüzəvi strukturlar hər iki kateqoriyaya mənsub insanların ürəyini rıqqətə gətirə bilər. Qadir Allahı sözün əsl mənasında dərk etmə, dəyərləndirmə ilə əlaqəli olan üçüncü mərhələyə ancaq imanlı şəxslər nail ola bilər. Dördüncü mərhələyə yüksələn imanlı şəxslərin Allahla münasibətləri həddən artıq həssasdır. Onların Allah qorxusu və hər iki dünyanın sahibinə olan bağlılığı o səviyyədədir ki, mərhəmət, sevgi, gözəllik və kamillikdən başqa heç nə görmürlər. Hər keçən gün Allah sevgisi onların ürəklərində daha güclü kök salır və yaradana daha çox bağla-

nırlar. Təfəkkürlə bağlı bu yanaşma Əl-Həsən Əl-Bəsrinin məşhur sözlərini xatırladır: “Elm əhli insanlar düşüncələrini Allahı zikr etməklə dərinləşdirir və Allahı xatırladığında təfəkkür edirlər. Onlar ürəkləri hikmət yüklü cavablar verənə kimi bu orqandan cavab gözləyirlər” (15). Deməli, mütəmadi olaraq təfəkkür edən müsəlmanlar dördüncü mərhələyə çatırlar. Bu daimi zikr prosesi ilə yoğrulmuş meditasiyanın mənəvi vərdişi kimi insan ruhunda qəlibləşməsi ilə bağlıdır. Təfəkkür edən insanlar gecə və gündüzün böyük bir hissəsini meditasiyaya ayırmağa nail olana kimi təfəkkür üçün ayırdıqları vaxtı tədricən artırır. Başqa günlərdə yanından keçərkən diqqət yetirmədikləri əşyalar artıq təfəkkür və Allahı zikr etmək üçün ilham mənbəyinə çevrilir. Beləliklə, müəyyən müddətdən sonra ətraf mühitdəki hər şey zikr və təfəkkür üçün stimulyerici mahiyyətdə olur.

Meditasiya edən imanlı şəxslərin layiq olduğu mənəvi idrak mərhələsi alimlər arasında həmişə müzakirə edilən mövzu olmuşdur. Məsələn, İbn Əl-Qayyim “Madarij Əl-Salihin” (“Axtarışda olan insanların yolu”) adlı əsərində mənəvi idrak mərhələsinə çatan müsəlmanları belə təsvir edir: “Allahın böyüklüyünün və əzəmətli hakimiyyətinin nümayiş olunduğu səhnəyə açılan qapı... Müsəlmanlar bütün hadisələrin gedişatının yalnız Allahın qüdrəti daxilində olduğunu dərk edirlər. Sonra isə xeyir və şər, yaradılış və həyat, yenidən dirilmə və ölümə bağlı işarətləri müşahidə edirlər... Bütün bu hadisələr müsəlmanları bir daha Allaha istiqamətləndirir, onun mükəmməl şəkilində xəlq etdiyi əşyaları və böyüklüyünü zikr edirlər” (16).

İbn Teymiyə bu mərhələ ilə bağlı belə bir mövqe nümayiş etdirir: “Təfəkkür edən müsəlmanlar bütün yaradılanların Allahın iradəsi daxilində onun əmrlərinə itaət etdiyini görürlərsə və hər şeyin ona təbə olduğunu müşahidə

edirlərsə, bu o deməkdir ki, artıq “həqiqi idrak” səviyyəsinə çatmışlar.... Bu mərhələdə müsəlmanların şahid olduğu hər şey ürəklərində iman nurunun artmasına təkan verir... Artıq onlar bundan sonra fani və baqi, yaradan və yaradılan arasındakı fərqləri heç vaxt unutmurlar” (17).

İkinci mərhələdə yaradılışla bağlı gözəlliklərdən, Allahın qüdrətinin sonsuzluğundan, kainatdakı hər şeyin dəqiqliklə nəzərə alınmasından tamamilə hali olan müsəlmanlar yaradana daha da yaxınlaşır, Allahın bütün kainatdakı işarətləri ilə müqayisədə özlərinin nə qədər cılız və aciz olduqlarını dərk edirlər. Ruhları mənəvi olaraq təmizlənən, qəlbləri tamamilə Allaha qarşı müti olan və həqiqəti dərk etmək səviyyəsinə çatan imanlı şəxslər üçün bu geniş kainat ibadət etmək üçün müvəqqəti məkan olmaqdan başqa bir mənə kəsb etmir.

Müsəlmanların Allahın yaratdığı hər şeydə gözəlliklər görməsi, yaradılan hər şeyin mükəmməliyindən və əzəmətindən heyrətə gəlməsi və özlərinin fiziki və psixoloji olaraq zəif olmalarını dərk etmələri Allahın insanların onu tam mənası ilə dərk edərək ibadət etmələrini təmin etmək üçün onlara bəxş etdiyi duyğular nəticəsində baş verir. Bunu nəzərə almayan insanlar isə yollarından azır, inancsız və büt-pərəstliyə meyilli olur və onlara bəxş olunan xarakteri əks mənada istifadə edirlər. Onu da qeyd etmək lazımdır ki, büt-pərəstlər və kafirlər tarixin bütün dövrlərində xislətlərində olan heyrətlənmə, maraq göstərmə kimi xüsusiyyətləri ancaq öz məbədlərinin ölçüsünü artırmağa, daxili interyeri gözəlləşdirməyə, cəzbedici musiqi seçməyə və məbədləri heykəllərlə doldurmağa sərf etmişlər. Buna misal olaraq Afinadakı Parfenon məbədinə, tikintisi iki əsr davam edən və inşaatı üçün Misirin Asvan vilayətindən nəhəng daşların gətirildiyi Livandakı Balbek məbədinə və ya Misirdəki 5303 kv. m ərazini əhatə edən,

24 metrlik sütunları olan Amon məbədinə göstərmək olar. Büt-pərəst insanlar tərəfindən inşa edilən bu məbədlər böyük məbləğlər və insan əməyi sayəsində tikilmiş ən nəhəng nümunələrdir. Tək səbəb isə sehrbazlar və rəhbərlərin insanları heyrləndirmək istəmələri və onları itaət etməyə vadar etmələri olmuşdur.

Bu məqamda böyük və quru vadinin ortasında bir otaq formasında tikilən Kəbənin sadəliyini xatırlamamaq və buna heyrlənməmək mümkün deyil. Peyğəmbərin Mədinədəki məscidi haqqında belə dediyi rəvayət olunur: "Mənim Mədinədəki məscidim qardaşım Musa peyğəmbərin evi kimi tez zamanda ərsəyə gəlmiş taxta və qamışdan ibarət sadə tikilidir". Bu da o mənaya gəlir ki, binaların dəbdəbəli tikilməsi üçün həddən artıq çox vaxt sərf edilməməli və pul xərclənməməlidir. Məhəmməd peyğəmbərin məscidi qurudulmuş kərpiclərdən və gildən istifadə olunmaqla tikilmişdi, onun tavanı palma budaqları və qamışla örtülmüşdü və ən uzunboylu səhəbənin boyundan bir az hündür idi. Məhəmməd Əl-Qəzzali bu məscidin sadəliyini belə izah edir: "Haqqında danışdığımız məscid sözün əsl mənasında sadəlik nümunəsidir. Döşəmə qum və çınqıl daşı ilə, tavan isə palma budaqları ilə örtülmüşdü. Məscidin sütunları palma ağaclarının gövdələrindən hazırlanmışdı. Yağış yağdıqda döşəmə palçıqlı olurdu. Küçə itlərinin məscidə girib-çıxması tez-tez müşahidə olunurdu... Bu sadə məscid mələklərin səviyyəsinə çatan insanlara, dünya sərkərdələrinə diz çökdürən qəhrəmanlara və gələcək xəlifələrə şahidlik etmişdir. Bu məsciddə peyğəmbər müsəlmanlara Alahın icazəsi ilə səhərdən axşama kimi Quranı və ilahi hikmətləri öyrətmişdir" (18).

Allahla müsəlmanlar arasında əlaqə zəif olduqca insanlar öz ruhlarını təmizləmək yerinə məscidlərin və bi-

naların bəzədilməsinə maraq göstərmişlər. Məhəmməd Əl-Qəzzali məsələ ilə bağlı fikrini davam etdirir: “İnsanlar ruhlarını mənəvi olaraq qidalandırmadıqda cılız insanların ibadət etməsi üçün nəhəng məscidlər tikmişlər. Amma nümunəvi şəxslər məscidləri sadə tikməyi və əsas diqqəti ruhumuzun mənəvi yüksəliş və təmizlənməsinə verməyi məsləhət görmüşlər” (19).

Bu fəsildə mən imanlı şəxslərin qavramadan başlamaqla idrak səviyyəsinə kimi davam edən “səyahətində” dörd mərhələ — hissi qavrama, dəyərləndirmə, qorxu hissi ilə nəticələnən təfəkkür və idrak — haqqında məlumat verdim. Lakin insanların təfəkkür etməsi gözəlliklər və çirkinliklərin, əhəmiyyətli və əhəmiyyətsiz əşyaların, xeyir və şərin mövcud olduğu kainatda ancaq gözəl olan və sistemli şəkildə yaradılan əşyalar üzərində fikirləri cəmləməklə məhdudlaşdırılmamalıdır. Əzablı və mənfi hisslərlə nəticələnən məqamlar da nəzərə alınmalıdır. Mənfi təcrübələrdən əldə etdiyimiz dərslərlə bağlı da təfəkkür etmək və təfəkkür edən şəxslərə mənfi xislətlərdən uzaq olmağın yollarını öyrətmək lazımdır. Quranda bir çox müstəbid hökmdar kimi Allah tərəfindən məhv edilən Qarunun başına gələn hadisələri nümunə göstərmək olar. Müsəlmanlar bunu oxuyub dərs çıxarmalıdırlar: “Həqiqətən, Qarun Musa ilə həmtayfa idi. Amma onlara qarşı yamanlıq edirdi. Biz ona elə xəzinələr vermişdik ki, onların açarlarını daşımaq bir dəstə qüvvətli adama ağır gəlirdi. Qövmü ona dedi: “Öyünmə! Həqiqətən, Allah öyünənləri sevmir. Allahın sənə verdiyi ilə Axirət yurduca can at. Dünyadakı nəsibini də unutma. Allah sənə yaxşılıq etdiyi kimi, sən də başqalarına yaxşılıq et. Yer üzündə fitnə-fəsad törətməyə çalışma. Şübhəsiz ki, Allah fitnə-fəsad törədənləri sevmir”. Qarun dedi: “Bu mənə ancaq məndə olan biliyə görə verilmişdir”. Məgər o bilmirdi

ki, Allah ondan əvvəlki nəsillərdən ondan daha qüvvətli və daha çox var-dövlət yığan kəsləri məhv etmişdir? Günahkarlar öz günahları barəsində sorğu-sual olunmaz və üzlərindən tanınarlar. Qarun öz zinəti içində xalqının qarşısına çıxdı. Dünya həyatını arzulayanlar dedilər: "Kəş ki, Qaruna verilənin bənzəri bizə də veriləydi! Həqiqətən, o, böyük qismət sahibidir". Elm verilmiş kəslər isə dedilər: "Vay halınıza! İman gətirib yaxşı əməl işlədən kimsə üçün Allahın mükafatı daha xeyirlidir. Buna isə yalnız səbr edənlər nail olarlar". Biz onu öz evi ilə birlikdə yerə batırdıq. Allaha qarşı ona kömək edə biləcək havadarları yox idi. Və özü də özünə kömək edə bilmədi. Dünən onun yerində olmağı arzulayanlar ertəsi gün deyirdilər: "Ah, demək Allah Öz qullarından istədiyi kəs üçün ruzini artırır da, azaldar da. Əgər Allah bizə lütf etməsəydi, bizi də yerə batırardı. Demək ki, kafirlər nicat tapmayacaqlarmış" (Quran, 28: 76-82).

Bu cür hadisələr, demək olar ki, hər zaman baş verir və biz Allahın planlarından xəbərimiz olmadığı üçün bunları sadəcə müəyyən vəziyyətlər və alın yazısı ilə əlaqələndiririk. Bir çox diktatorlar özlərini qorumaq üçün işə aldıkları şəxslər tərəfindən devrilmiş və ya məhv edilmişdir. Müasir dövrdə bir çox alim sonradan alkoqol və narkotik maddəyə qurşanmış və bu fakt onların qaraciyər və beyinlərinin funksiyasında problemlər yaratmışdır. Bu hal onların hallusinasiyadan əzab çəkmələrinə səbəb olmuşdur (20).

Məsələni dərinlən analiz etdikdə görürük ki, hər hansı bir binanın gözəlliyi, ölçüsü və ya qüsursuzluğu ilə müqayisədə qorxuducu hadisələr, insanların şəxsi çətinlikləri daha çox təfəkkür etməyə və dərs çıxarmağa rəvac verir.

Bununla bağlı şəxsən şahidi olduğum bir təcrübəni yazmaq yerinə düşər. Evimizin yanındakı məsciddə ya-

şayan gənc bir insan həftənin cümə axşamı günü rəhmətə getmişdi. Həmin gün məscid təmir işlərinə görə bağlandığı üçün onun meyitini şənbə günü səhər saatlarına kimi heç kim görməmişdi. Bir qrup insanla məscidə gəlib dəfn işlərinə hazırlıq üçün meyiti aparmaq istədikdə onun bədənində qurdların toplaşdığı yaş hissə diqqətimi çəkmişdi. Həmin zamana kimi ölüm haqqında oxuduqlarımın və həyat haqqında təfəkkür etməyimin təsiri qeyd etdiyim vaxtda mənə hakim kəsilən qorxu hissi ilə heç vaxt müqayisə edilə bilməzdi.

Düşünmə və meditasiya nöqtəyi-nəzərindən təfəkkür haqqında müzakirələrdən sonra növbəti fəsildə müxtəlif təfəkkür səviyyələrini diqqət mərkəzində saxlayacağam.

## İslamda təfəkkür və müasir meditasiya prosedurları

İslam dinində təfəkkürün psixoloji perspektivdən təhlil olunması üçün ilk olaraq meditasiya prosedurları və bunların təfəkkür edən şəxslərə müsbət təsir imkanları nəzərdən keçirilməlidir. Çünki İslamda fərqli şüurlu vəziyyətlərdə olmaq əsas məqsəd deyil, bu dində meditasiyanın koqnitiv, intellektual və mənəvi mahiyyətdə olması ən ümdə məsələdir. Müsəlmanların Allahı dərk etmələri ilkin şərtidir. İkinci fəsildə izah edilən bu koqnitiv aspektlər daha təfəsilatlı şəkildə müzakirə olunacaq. Dördüncü fəsildə isə İslam dinində təfəkkür faydalı meditasiya proseduru kimi dəyərləndiriləcək.

Transsendental (ən ülvə, fəvqəladə ağıl) meditasiya təcürübəsi və buna bənzər prosedurlar son vaxtlar Avropa və Amerikada geniş yayılmışdır. Amma Avropa və Amerika qitəsinin xalqları son vaxtlara kimi bu fenomen haqqında məlumatsız idilər. Kökləri qədim Şərq və Hindistana uzanan və emosional, koqnitiv pozuntuların, eləcə də fiziki problemlərin müalicəsi üçün istifadə edilən bu meditasiya növü sonradan adını çəkdiyim məkanlarda da geniş yayılmağa başlamışdır. Bu fəsildə meditasiyanın sübut olunmuş faydaları və bunların İslam dinində ibadətin bir forması olan təfəkkürlə əlaqəsindən bəhs olunacaq.

Əgər İslam dinində ibadətlə bağlı qaydalar, ibadətlərin yerinə yetirilmə formaları dərindən təhlil edilsə, görəcəyik ki, bütün ilahi göstərişlər müsəlmanların həm bu dünya-

da, həm də ölümdən sonrakı həyatda xilas və mənəvi rifahına istiqamətlənmişdir. Tibb, psixologiya və fiziologiya elmlərində müşahidə olunan son tərəqqi bu fikri təsdiq edir. İslamda alkoqol, narkotik maddə və zinanın qadağan edilməsinin hikməti müasir dövrdə narkotik aludəçilərinin sayında artımın olması və QİÇS (Qazanılmış İmmun Çatışmazlığı Sindromu) xəstəliyinin yayılması fonunda daha aydın dərk edilir (1). Alkoqol və narkotik maddələr istər Şərqdə, istərsə də Qərbdə müasir sivilizasiyaların üz-ləşdiyi ən böyük təhlükədir. Amerikalı alimlər bu fikirdə-dirlər ki, alkoqol aludəçiliyi cəmiyyətin ən böyük prob-lemlərindəndir. İnsanların böyük əksəriyyəti ürək tutması və xərcəng xəstəliyindən vəfat edirlər. Alkoqol aludəçiliyi ölümə səbəb olur. Mütəxəssislər qeyd edirlər ki, hər il al-koqol və narkotik maddə qəbul etmiş sürücələrin səhvləri nəticəsində minlərlə insan həyatını itirir. Bundan əlavə, hər il insanların və hökumətlərin alkoqolizm və narkotik maddə aludəçiliyi ilə mübarizə aparmaq, eləcə də bu bə-lalardan əziyyət çəkən şəxslərin rehabilitasiyası üçün bir neçə milyard dollar pul xərclədiyini diqqətə çatdırmaq lazımdır. Narkotik maddə və alkoqol aludəçiləri işləmək qabiliyyətindən məhrum olduqlarına görə milyonlarla işçi öz ölkəsinə heç bir töhfə verə bilmir. R. C. Karson bu məsələ ilə bağlı İ. S. Bengelsdorfa istinad edərək yazır: "... alkoqolun istifadə edilməsi nəticəsində saysız-hesabsız in-san həyatını itirmişdir. Xəstəxanalar və cəzaçəkmə müəs-sisələri bu bəlanın qurbanları ilə dolub-daşır və ailələr dağılır. Beləliklə, iqtisadiyyata dəyən zərər heroin, am-fetamin, barbiturat və marixuana istifadəçilərinin ümumi sayının verdiyi zərərdən daha çoxdur" (2).

Müasir tibbi araşdırmalar nəticəsində İslam dinində edilməsi əmr olunan və məsləhət görülən davranışların insanların fiziki və psixoloji vəziyyətlərinin qorunması

üzərindəki təsiri dəqiqliklə sübut olunmuşdur. Məsələn, müsəlmanların gündə beş dəfə namaz qılmazdan əvvəl dəstəmaz almaları, cümə namazından əvvəl və cinsi münasibətdən sonra qüsl almaları və digər sünnət sayılan əməlləri yerinə yetirmələri sanitariya qaydaları baxımından olduqca əhəmiyyətlidir. Eyni sözlər müsəlmanların gündə beş dəfə qıldıqları namaz və ya digər fəaliyyətlər üçün də deyilə bilər. Gündə beş dəfə namaz qılarkən edilən fiziki hərəkətlər, oruc tutmağın və ya piylənməyə yol açan həddən artıq yemək vərdişlərindən yayınmağın insan sağlamlığı üçün faydaları peyğəmbərin bir neçə hədisində də əks olunmuşdur. Bu mövzu ilə bağlı ayə belədir: “Yeyin-için, lakin israf etməyin. Şübhəsiz ki, Allah israf edənləri sevmir” (7:31).

Bütün bunlar təfəkkür və meditasiyanın imanlı şəxslərin fiziki və psixoloji vəziyyətinə olan faydasına toxunmağımızı zəruri edir. İslam dinində təfəkkürlə bağlı praktiki məqamlara toxunmadan da iyirminci əsrdə narahatlıq, gərginlik, yuxusuzluq, hipertoniya, miqren və yüksək xolesterol səviyyəsi kimi psixoloji, fizioloji və üzvi xəstəliklərin müalicəsində inam faktoruna əsaslanan meditasiyanın əhəmiyyətinin və rolunun vurğulandığı yüzrlə kitabın və tədqiqat materiallarının yazılmasını xatırlatmaq kifayət edir. Psixosomatika ilə bağlı müasir araşdırmalarda təfəkkür prosesinin əsasını təşkil edən düşünmə və digər koqnitiv fəaliyyətlərin insanların patoloji düşüncələrindən xilas olunmasında və xəstəliklərinin sağaldılmasında əhəmiyyət kəsb etməsi təsdiq olunmuşdur. Herbert Benson bu vəziyyəti “koqnitiv bərpa olunma” adlandırır (3). Bu, ərəb atalar sözü ilə eyni mənaya gəlir: “Özünü xəstə kimi aparma, çünki, doğrudan da, xəstə olub ölə bilərsən”.

Əhvali-ruhiyyənin və psixoloji vəziyyətin insanlara müxtəlif yönəldən təsir etməsi gündəlik fəaliyyətlərdə

aydın şəkildə nəzərə çarpır. İnsanlar həyəcanlı və ya narahat olduqda onların ürəkləri tez-tez döyünür və fiziki dəyişikliklər nümayiş etdirirlər. Bu məqamda insanların üzlərində həyəcan və qorxu ifadələri də bariz şəkildə hiss olunur. İnsanlar utanarkən üzləri qızarır və bu hiss aşkar olunur. Amma gündəlik həyatımızda müşahidə olunan bu kiçik fiziki dəyişikliklərin, koqnitiv faktorların və düşünmənin insan psixologiyasının formalaşması ilə əlaqəsinin olması terapevtlər də daxil olmaqla bir çox insan üçün inandırıcı deyil (4).

Kəskin emosional və koqnitiv stress nəticəsində bədənə baş verən daha mürəkkəb fizioloji prosesləri araşdıran tibb mütəxəssisləri çox əsaslı dəlillər təqdim etmişlər. Bu cür hadisələrdən biri də yalançı hamiləlikdir (və ya psevdohamiləlik). Yalançı hamiləlik dünyaya uşaq gətirməkdən məhrum olan və hamilə qalmaq istəyən qadınlarda baş verən prosesdir, bu vəziyyətdə qadının ağılı bədənə fizioloji reaksiyalar vermək üçün “göstəriş verir”. Nəticədə qadının menstruasiyaları kəsilir, qarnı və süd vəziləri böyüyür və döşlərindən süd ifraz olunur. Benson qeyd edir ki, bəzi qadınlar dördüncü və beşinci aylarda “dölün” tərpendiyini belə, “hiss edirlər” (5). Çox maraqlıdır ki, bu vəziyyəti yaşayan qadın hamilə olmadığını öyrəndikdə bütün fizioloji dəyişikliklər anidən yox olur. Yalançı hamiləlik uzun müddətdir məlum olan psixosomatik şəraitlərdən biridir və ilk dəfə “tibbin atası” kimi tanınan Hippokrat tərəfindən izah olunmuşdur. Bu mövzu müasir dövrdə də tez-tez müzakirə olunur. Paul Frayd (Paul Fried) və onun Cefferon Tibb Kollecinin xəstəxanasındakı həmkarları qeyd edirlər ki, yalançı hamiləlikdə simptomlar o qədər real görünür ki, hətta bəzi həkimlər həmin qadınların həqiqətən hamilə olması təəssüratına qapılırlar (6).

Başqa bir nümunə isə pasiyentlərə onların bilmədiyi və tərkibində heç bir aktiv maddənin olmadığı həb və kapsulların verilməsindən sonra onların özlərini yaxşı hiss etmələridir. Bəzən kapsulların tərkibində sadəcə şəkər olur. Həkimlər xəstələri əmin edirlər ki, onların sağlması üçün bu həblər mütləq qəbul edilməlidir. Bəzən də həkimlər xəstələrə tərkibində yalnız duzlu suyun olduğu iynələr vuraraq iddia edirlər ki, iynələrin tərkibində onların sağlması üçün zəruri olan məhlul vardır. Araşdırmalar göstərir ki, bu yolla — buna tibbdə “plasebo effekti” deyilir — müalicə olunan xəstələr həqiqi müalicə kursu keçmiş insanlar kimi tam sağlam və gümrah olurlar.

Bu məsələ ilə bağlı aparılmış maraqlı tədqiqatlar barədə S. Vulf (S. Wolf) tərəfindən hazırlanan hesabat ciddi mənbədir. Onun verdiyi məlumatlar əsasında bu qənaətə gəlmək olar ki, pasiyentlərin inamı hətta dərmanların təsirini də dəyişdirə bilər. O, hamiləliklərinin ilk aylarında ürəkbulanmasından və qusmadan əziyyət çəkən qadınlar üzərində apardığı tədqiqat barədə məlumat vermişdir. S. Vulf hamilə qadınlara qusmağa səbəb olan dərman versə də, xəstələrinə bunun qusma əleyhinə olduğunu və tezliklə bu əlamətlərdən xilas olacaqlarını demişdir. Nəticədə qadınların ürəkbulanmaları və qusmaları sona çatmış və qarın dartılması problemi də həll olunmuşdur (7).

İnsanların emosional və koqnitiv fəaliyyətlərinin immunitet sisteminə birbaşa təsir etməsi sübut olunmuşdur. Son zamanlarda alimlərin bu mövzuya maraq göstərməyə başlamasının bir səbəbi də budur. Ən son aparılan tədqiqatların nəticələri göstərir ki, narahatlıq, depressiya, tənhalıq, özünəinam hissinin itməsi kimi duyğularla səciyyələnən xroniki-psixoloji stress insanların immunitet sisteminə ciddi təsir göstərir. Belə ki, xroniki stress nəticəsində böyrəküstü vəzilərin hormon ifrazatı normadan artıq olur. Bu

da öz növbəsində təbii immunitetin zəifləməsinə yol açır. Bu hormonlar bədəndə qan təzyiqinin qalxması, gərginliyin artması və qan damarlarının partlaması səbəbindən ürəktutması ilə də nəticələnə bilər.

Bu cür araşdırmalar yeni bir sahənin — psixoneyroimmunologiyanın ortaya çıxması ilə nəticələnmişdir. Psixoneyroimmunologiya iki fərqli sahənin, yəni sosial elm olan psixologiya və insan immunologiyasının ilk dəfə birlikdə nəzərə alınması ilə səciyyələnmişdir (8). İnsanların ideyalarının, hisslərinin və emosiyalarının dəyişdirilməsi yolu ilə onların səhhətlərinin yaxşılaşdırılmasına nail olmaq üçün çox sayda intensiv araşdırmalar aparılmışdır. Bəzi alimlər bunu cərrahiyyənin inkişafı və pensilin, eləcə də digər antibiotiklərin kəşf edilməsindən sonra müasir Qərb tibb elmində üçüncü inqilab adlandırmışlar. Bunun səbəbi insanların düşüncələrinin və koqnitiv fəaliyyətlərinin formalaşmasının hadisələr və ətraf mühitdən birbaşa daxil olan impulslarla əlaqəli olmamasıdır. Bu, hadisə və təcrübələri qiymətləndirib və təhlil edib konseptləşdirməklə əlaqəlidir. Birinci əsrdə yaşamış Roma filosofu Epiktetin bu fikri maraqlıdır: “İnsanların ətraflarındakı əşyalar onlara narahatlıq yaratmır. Narahatlığa həmin əşyalar haqqında fikirlər əsas verir” (9). “Sağlam bədəndə sağlam ruh olar” ərəb atalar sözüne bu fikir də əlavə olunmalıdır: “Sağlam bədən sağlam ruhda olar”.

Meditasiya fiziki problemlərin və psixoloji pozğunluqların müalicə edilməsi və ya ortadan qaldırılmasına necə kömək edir? Həkimlərin pasiyentlərə verdikləri təlimatlar həddən artıq sadə, hətta sadələvhəsinə görünə bilər, amma faydalıdır. Bu sadə meditasiya təlimatları min illər əvvəl buddistlər və hindular tərəfindən də istifadə olunmuşdur. Psixoloji və fizioloji dəyişiklikləri müəyyən etmək üçün ən son metodlardan istifadə edilməklə klinika və

tibbi laboratoriyalarda aparılan bir çox təcrübələr göstərir ki, transsendental meditasiya kimi diqqət cəmləmə meditasiyası da tibbi inqilabdır. Bu inqilab nəticəsində pasiyentləri müalicə etmək və onların psixoloji vəziyyətlərinin yaxşılaşdırılması üçün əqli, koqnitiv və mənəvi güclərdən istifadə olunur.

Bu sahədə ən məşhur kitabların birinə istinad edərək bəzi sadə təlimatları qeyd etmək istərdim. Bu kitabın müəllifi Benson meditasiya, yoqa və buna bənzər başqa Şərq fəaliyyətlərindən ilham alınaraq icra edilən sakitləşdirmə texnikaları sahəsində öndə gələn mütəxəssislərdəndir (10). Benson öz pasiyentlərinə rahat şəkildə oturmağı, sakit olmağı, gözlərini bağlamağı, dərindən nəfəs almağı və diqqəti nəfəs alma prosesinə cəmləməyi məsləhət görür. Sonra isə pasiyentlərə öz inancları və ya dinlərinə aid bir sözü seçmək, bunu təkrar etmək və hər nəfəs verdikdə bu sözün mənası haqqında təfəkkür etmək tapşırılır.

Amerikalılar transsendental meditasiyaya maraq göstərməyə başladığında bunu eynilə qədim hindu ənənələrində olduğu kimi qəbul etmişlər. Mənasını başa düşmədikləri sözləri, qədim hindu və Şərq dualarını təkrarlamağa başlamışlar. Amerikalılar sonradan başa düşdülər ki, dini əhəmiyyət kəsb edən və ya insanlar üçün vacib olan söz və ifadələrin mütəmadi olaraq təkrar edilməsi meditasiya prosesinə ciddi təsir edir və psixoloji pozğunluqların ortadan qaldırılmasına xidmət edir.

Transsendental meditasiya ilə bağlı aparılmış tədqiqatlar nəticəsində məlum olmuşdur ki, insanların inancları ilə əlaqəli sözləri daimi olaraq təkrar etmələri və ya bunlarla bağlı təsəvvürləri fikirlərində canlandırmaları onlar üçün çox vacibdir və müsbət nəticələrə yol açır. Bu proses həmin insanları daha dərindən düşünməyə və həmin konseptlərin mənasını daha yaxşı dərk etməyə sövq edir.

Onlar monoton həyat tərzinə görə başqa vaxtlarda nail olmadıqları mənəvi mühitdə olurlar. Məhz buna görə də bu proses “transsendental meditasiya” termini ilə ifadə olunur.

Meditasiya prosesində ən vacib məsələlərdən biri bu prosesə cəlb olunan insanların fikir dağınıqlığına səbəb olan, onları fərqli düşüncələrə sövq edən, haqqında düşündükləri əşya və predmetlə bağlı fikirlərini cəm etməyə mane olan bütün ideyalar və anlayışlara qarşı biganə qalmalarıdır. Onlar ancaq fikirlərini yenidən cəmləməli, bu müdaxilələrə qarşı passiv və rahat mövqe tutmalı və prosesi soyuqqanlı şəkildə davam etdirməlidirlər. Bunu da qeyd etmək lazımdır ki, təkrar olunan seanslar nəticəsində təfəkkür və meditasiya dərəcəsində yüksəlmə müşahidə olunur və həmin insanların bədənləri daha rahat, yüngül olur və fikirlərinin dağılması tədricən azalır. Nəhayət, stress, narahatlıq və gərginlikdən uzaq olurlar və uzun müddət şikayət etdikləri fiziki simptomlardan əsər-əlamət qalmır. Benson da daxil olmaqla bəzi tədqiqatçılara görə, bu prosesi gündə 15-20 dəqiqə olmaqla iki dəfə təkrar edən şəxslərin psixoloji vəziyyətləri yaxşılaşır və fiziki simptomlardan xilas olurlar. Onlar həyata daha optimist baxır, gündəlik həyatlarında daha çox insana fayda verir və yaradıcı düşünürlər (11). Bu müsbət irəliləyişlər qan təzyiqinin və xolesterolun aşağı düşməsi ilə də sübut oluna bilər. Həkimlər bunları nəzərə aldıqda pasiyentlərin qəbul etdikləri dərmanların miqdarını azalda və ya sonlandıra bilərlər. Hətta transsendental meditasiyaya başlamazdan əvvəl dərmana möhtac olan xroniki xəstələrə də dərman qəbul etməyi qadağan edə bilərlər. Benson qeyd edir ki, mənəvi meditasiya ilə məşğul olan şəxslərin qanlarında xolesterol səviyyəsi meditasiya ilə müalicə olunmayan xəstələrin qanlarındakı ilə müqayisədə 35 faiz aşağı

ğıdır (12). Eyni araşdırma nəticəsində həmin pasiyentlərin ürək nəbzlərinin dəqiqədə üç döyüntü azalması, oksigen və qan qlükozası istifadəsinin də bərabər şəkildə aşağı düşməsi məlum olmuşdur. Digər tərəfdən isə elektroensefaloqrafiyadakı alfa ritmlərinin artması müşahidə olunmuşdur.

Psixi-fizioloji dəyişikliklərin ölçülməsi üçün başqa əhəmiyyətli metod isə dərinin zəif elektrik cərəyanına reaksiya vermə səviyyəsini müəyyən etməkdir. Bu metod psixoxalvanik dəri rekasiyasının ölçülməsi də adlanır. Təcrübədə iştirak edən insanın ovcunun içinin tərləməsi artdıqca onun hiss etməyəcəyi qədər zəif olan elektrik cərəyanına reaksiya verməsi də azalır. Əgər həmin insan narahatdırsa, onun ovcundakı tər vəziləri daha çox tərifraz edir və nəm, yaş əl zəif elektrik cərəyanını daha yaxşı ötürür. Amma həmin insan rahatdırsa və heç bir gərginlik əlamətləri yoxdursa, onda onun ovucu cərəyanı daha çox reaksiya verir. Nəticələrin asanlıqla müəyyən edilməsi üçün həmin insanın ovcuna elektrodlar yapışdırılır və bu proses üçün müəyyən edilən xüsusi cihazlar və kompüterlə elektrik cərəyanı təmin edilir. L. Li Şan (L. Le Shan) "Necə meditasiya etməli" ("How to Meditate") adlı kitabında yazır: "Transsendental meditasiya prosesi nəticəsində qəzəb və gərginlikdən yaranan mənfi emosiyalar yox olur və dərinin müqaviməti 400 faiz artır" (13).

Bu cür nəticələr həmin təcrübələrdə iştirak edən insanların verdiyi məlumatlarla bir daha təsdiqlənir. Həmin insanlar baş ağrıların, xroniki həzm problemlərinin, sinə ağrıların və başqa psixi-fizioloji simptomların tamamilə yox olduğunu və yuxusuzluq, stress, narahatlıq problemlərinin tədricən azaldığını bildirmişlər. Fiziki simptomlar tamamilə yox olmasa da, pasiyentlər üçün heç bir narahatlıq yaratmamışdır.

Xəstə və ya sağlam olmasından asılı olmayaraq meditasiya prosesində iştirak edən şəxslər ruhlarına hakim kəsilən sakitlik və rahatlığı xüsusi vurğulamışlar. Onlar həmçinin özlərini tanımaq, başqalarına qarşı isti münasibət, optimizm, daha səmərəli fəaliyyət və məntiqi təfəkkür üçün motivasiya duyğularına malik olduqlarını da qeyd etmişlər. Bəziləri bu duyğuları uzun illərdən sonra evinə dönmən insanın yaşadığı hisslərlə müqayisə etmişdir.

Li Şan fiziki dünya sərhədlərinə sığmayan bu qarışıq hisslərin xəyali olmadığını və ya insanların özlərini ilhamlandırması nəticəsində ortaya çıxmadığını təsdiq edir. Bu fakt tarixin bütün mərhələlərində tərkidünya insanların, zahidlərin və sufilərin dedikləri ilə uyğunluq təşkil edir. Li Şan öz iddiasını təsdiq etmək üçün fizikiyə müraciət edir. O yazır: “Müasir fizika iki zidd fikirdən hər ikisinin “doğru” olduğunu ifadə edir. Fizikada buna tamamlayıcılıq prinsipi deyirlər. Bunun mahiyyəti odur ki, hər hansı bir anlayışın tam mənası ilə başa düşülməsi üçün məsələyə iki fərqli nöqtəyi-nəzərdən yanaşmaq lazımdır. Hər yanaşma yarı həqiqət hesab edilir” (14).

Bu fikirlərə dəstək olaraq biz Albert Eynşteynin nisbilik nəzəriyyəsinin və kvant fizikasının Nyuton tərəfindən irəli sürülən fikirləri alt-üst etməsini xatırlamalıyıq. Əslində, yeni fizikada bir insanın başqasının gördüyünün əksini görə bilməsi aydın şəkildə nümayiş olunur. Maddə və sahə zərrəcikləri səviyyəsində aparılan təcrübələr nəticəsində çox kiçik həcmdə olan hissəciklərin nümayiş olunması ilə yanaşı, həmin hissəciklərin böyük sahəyə yayılan dalğa funksiyasına malik olması da əks olunur. İki zidd konseptlə bağlı kifayət qədər sübut var. Bu fakt kəşf olunduqda bir çox fizikin çaşqınlığına səbəb olmuşdur. Albert Eynşteynin nisbilik nəzəriyyəsi kütlə və vaxt konsepsiyasını dəyişdirmişdir. Birinci qeyd edilən konsepsiya

atom bombasının göbələk formasında partlayışına səbəb olan konsentrasiya enerji kimi nəzərə alınır. İkincisi isə sadəcə dördüncü ölçü kimi qiymətləndirilir.

Bura kimi təfəkkür prosesinə cəlb olunan ehtirasların, emosiyaların, inancların və digər koqnitiv fəaliyyətlərin insanların psixologiyasına və fiziologiyasına olan mənfi və müsbət təsirlərindən bəhs edildi. Mən bəzi tədqiqatlardan nümunələr göstərməklə insanların özləri üçün necə psixoloji gərginliklər yaratmaları və ya immunitet sistemlərini zəiflətmələri, eləcə də özlərini bu problemlərdən xilas olaraq necə sağaltmaları haqqında məlumat verdim. Həmçinin Qərbdə təfəkkürün rolu haqqında fikirlər səsləndirdim və meditasiyanın terapiya kimi istifadə olunması ilə bağlı atılacaq addımları sadə yolla izah etməyə çalışdım.

Bu cür terapevtik meditasiyanın hər iki dünya haqqında təfəkkür etmək və Allahı zikr edib ona şükr etməklə bənzərliyini görmək müsəlmanlar üçün çətin deyil. Hər iki halda beyində sağlam düşüncəyə mane olan fikirlər və səs-küy kimi daxili və xarici müdaxilələrin təsiri minimuma endirilməlidir. Bundan əlavə, hər iki prosesdə meditasiya və təfəkkür edənlərin yeni mənalara dərk etmələri və məsələləri yeni müstəvidə qavramaları müəyyən ritmlə təkrarlanır. Belə olduqda insanlar gündəlik maddi həyatın məngənəsində olan və müəyyən çərçivəyə salınan məfhumları, yanaşmaları “azad edərək” dərin elmi yanaşma ilə təhlil edirlər.

Avropa və Amerikada məşhur olan və inanc faktoruna əsaslanan meditasiya ilə bağlı terapevtlərin kitablarda və maarifləndirici materailərdə yazdıqları təlimatlar müsəlmanların etdikləri ilə eynilik təşkil edir: namaz qıldıqdan sonra oturmaq, Allahın varlığı, onun yaratma möcüzəsi ilə bağlı təfəkkür etmək və davamlı olaraq Allahı zikr etmək. Onu da qeyd etmək lazımdır ki, Benson bütün din-

lərin nümayəndələrinə öz meditasiya texnikalarını istifadə etməyi məsləhət görməklə yanaşı, meditasiya prosesində istifadə etmələri məsləhət görülmən sözlər və ifadələri də təklif edir. O yazır: “Müsəlmanlar aşağıdakı sözlər və ifadələri təkrar edə bilərlər:

- Allah.
- Peyğəmbərliyinin ilk vaxtlarında Allah tərəfindən Məhəmməd peyğəmbərə deyilən cümlələr: “Sənin Allahın Rəhmandır”.
- İmanlı şəxsləri ibadətə çağırmaq üçün ilk dəfə azan oxuyan müsəlmanın (Bilal Həbəşi) istifadə etdiyi söz: “Onun sahibi səhranın ortasında ona su verməsə də, o, sahibi yumşalana qədər durmadan eyni sözü təkrar etdi: “Əhadum, əhadum.. (Allah təkdir)” (15).

Benson Məhəmməd peyğəmbərin sevimli sahəbələrindən olan Bilala istinad edir, amma müəllif ərəb dilində olan “əhadun” sözünü səhvən “əhadum” kimi təqdim edir. Əlbəttə, peyğəmbərin sünnətinə əməl edən müsəlmanlar gündə beş dəfə namazdan sonra zikr edirlər və peyğəmbərin özü tərəfindən müəyyən edilən sözlər haqqında anlayışları var. Bu cür sözlər və ifadələrə “Sübhənallah” (“Allah nöqsanlardan uzaqdır), “Əlhəmdülillah” (Allaha şükürlər olsun) və “Allahu əkbər” (Allah böyükdür) daxildir.

Benson artıq meditasiyada müəyyən səviyyəyə nail olan insanların sadəcə uzanaraq və ya sakit şəkildə oturaraq meditasiya etməsinin şərt olmadığını da yazmışdır. O həmin insanların gəzərkən, qaçarkən və üzərkən də meditasiya ilə məşğul ola biləcəklərini qeyd etmişdir. Bu məsələ Quranda qeyd edilən ayəni xatırladır: “O kəslər ki, ayaq üstə olanda da, oturanda da, uzananda da

Allahı yad edir, göylərin və yerin yaradılması haqqında düşünürlər” (3:191).

Qədim Şərq dinlərindən qaynaqlanan meditasiya ilə İslam dini arasındakı bənzərliklər nəzərə alındıqda bəzi insanlar buddizm və hinduizmin səmavi dinlər olması haqqında Əbul-əla Mavdudi tərəfindən irəli sürülən nəzəriyyənin həqiqi olduğunu qəbul edə bilərlər. Həmin nəzəriyyəyə əsasən, buddizm və hinduizm vaxt keçdikcə təkaləhlilik prinsipindən uzaqlaşdığı üçün digər başqa qədim dinlər kimi ilahiliyini itirmişdir. Belə ki, əsrlər bir-birini əvəz etdikcə bu dinlər tamamilə dəyişsə də, bəzi ayinlər və ibadət formaları eynilə istifadə olunur (16). Məsələn, bu dinlərə inanan şəxslər meditasiya edirlər, amma burada məqsəd tək yaradan olan Allaha ibadət edib təfəkkür etmək deyil. Bu cür meditasiyanın tibbi və psixoloji-fizioloji aspektdən xeyirli olması təsdiq edildikdən sonra dünyəvi və pragmatik Qərb dünyası bu natamam təcrübələri olduğu kimi yamsılayır və bu işin kökündə yatan həqiqi dini məqsədlərə qarşı biganə qalır.

Kitabın əvvəlki hissələrində də yazdığım kimi, İslam dinində mövcud olan bütün ayinlər və ibadət formaları, şəriət tərəfindən müəyyən edilən qaydalar və qadağalar insanların həm bu dünyada, həm də axirətdə rifahı və xilasını üçündür. İslam dininin bu müsbət tərəfləri bəzi insanlara məlum olsa da, bəzilərinə naməlumdur. Məsələn, aydındır ki, diqqəti cəmləmə və mənəvi məsələlərlə bağlı ciddi meditasiya etmə bütün insanlara ancaq fayda verə bilər. Təfəkkür əsnasında insanlar inancları, dinləri ilə bağlı sözləri və mənalrı tez-tez təkrar etsələr, bu fayda daha böyük miqyasda hiss olunar. Meditasiya edən şəxslər gündəlik qayğılarını və işlərini bir kənara qoyub sakit şəraitdə mənə dünyasına səyahət etsələr, bu proses daha faydalı olar. Onlar həmçinin ətraf mühitdə təbii səslərə

qulaq verməli, təbii hadisələrə diqqət yetirməlidirlər, yəni quşların cəvildəşməsi, küləyin təsiri ilə tərپənən ağacların səsləri, hətta özlərinin nəfəslərinin, ürək döyüntülərinin səsi də şüurlu təfəkkür üçün motivasiya olmalıdır. Bütün bunlar insanların yaradana ibadət etməsi, onu zikr etməsi və tanıması üçün Allah tərəfindən onlara verilmiş qabiliyyətlərdir. Əgər insanlar bu qabiliyyətləri təyinatı üzrə istifadə etsələr, ilahi mükafatla yanaşı, müsbət psixoloji və fizioloji vəziyyətdə olarlar. Əks təqdirdə meditasiyanın təməl faydalarından yararlanma imkanına malik olarlar.

Meditasiya edən qeyri-müsəlmanlar üçün bu üstünlüklər gün ərzində dişlərin fırçalanması, duş qəbul etmək, dırnaqların kəsilməsi kimi müxtəlif təmizlik işlərinin yerinə yetirilməsinin və ya İslam dinindəki gündəlik ibadətlər kimi sadə fiziki hərəkətlərin edilməsi, alkoqoldan, narkotik maddələrdən, zinadan və həddən artıq yeməkdən imtina etməyin faydaları ilə eynidir. Müsəlmanlar bu xeyirli fəaliyyətləri dini məcburiyyət və öhdəlik kimi və ya peyğəmbərin sünnəti olaraq hər gün edirlər. Onlar bu dünyada həmin hərəkətlərin faydasını görürlər və ümid edirlər ki, Allah tərəfindən əbədi həyatda mükafatlandırılacaqlar. Qeyri-müsəlmanlar isə bunların sadəcə bu dünyada faydasını görürlər. Bəzən həmin faydalı təcrübələr irqindən və harada yaşamasından asılı olmayaraq bu cür həyat tərzinə qarşı anadangəlmə marağı olan insanların da diqqətini cəlb edir. Buna görə də təfəkkür edən imanlı insanlar psixoloji və fizioloji aspektdən fayda görür və dinlərini daha dərinləndirən qavramaq üçün cəhd edirlər.

Bir məqama da diqqəti cəlb etmək lazımdır. Belə ki, müsəlmanlar yeniyetməlik yaşlarından gündə beş dəfə namaz qıldırıqlarına və namazlardan sonra zikr etdiklərinə görə onların təfəkkür prosesinə vərdiş olmaları qısa zamanda mümkün olur. Quran bənzərsiz və zəngin ərəb

dilində olsa da, qısa surələr uşaqlar tərəfindən başa düşülür. Onlar bu surələri namazlarda təkrar edir və Allahı zikr edirlər. Təbii ki, uşaqlar məhdud imkanları daxilində “təfəkkür” edirlər. Bu baxımdan Benson uşaqlıq illərindəki meditasiya və mənəvi fəaliyyətləri tibb nöqtəyi-nəzərindən faydalı hesab edir, hətta həmin insanlar yeniyetməlik yaşlarında bu fəaliyyətlərə son versələr belə, bu üstünlükləri hiss edirlər. Benson yazır: “Xatırlanan dini fəaliyyətlər sağlamlıq üçün güclü mexanizmə çevrilir. Uşaqlıq illərində yerinə yetirilən bu cür fəaliyyətləri xatırlamaq insanlara çox yaxşı təsir edir. Tibb sahəsindəki təcrübələrimə əsaslanaraq bunun doğru olduğunu təsdiq edirəm. Amma onu da əlavə edim ki, uşaqlıq və gənclik illərində ibadət etdikləri dini inkar edən çox sayda yaşlı insanla qarşılaşmışam” (17).

Benson bu fenomenin təməlində duran psixonevroloji mexanizmi də izah edir: “Əgər kimsə yetkinlik və həyata baxış tərzini nöqtəyi-nəzərindən dini fəaliyyətləri fərqli yerinə yetirsə, onun dediyi sözlər, oxuduğu nəğmələr və etdiyi ibadət həmin insana təskinlik verib rahatladır. Hər hansı bir şəxs şüurlu şəkildə dini mərasim və ayinlərlə əlaqəli hər hansı bir emosiyayı qəbul etməsə də, onun beyni həmin fəaliyyətlərlə bağlı ümumi məlumatları xatırlayır və bunların əhəmiyyətini, sinir hüceyrələrinin qıcıqlanmasını, onlar arasındakı əlaqəni və ortaya çıxan kimyəvi nəticələri qiymətləndirir” (18).

Bunlara əsaslanaraq deyə bilərik ki, təfəkkür və ibadət edən müsəlmanlar qısa zaman ərzində daha az enerji sərf edərək yüksək səviyyəli meditasiyaya nail ola bilərlər. Həzin səslə oxunan Qurana qulaq asmaqla bir neçə dəqiqəyə meditasiyaya başlamaq olar. ABŞ-ın Florida ştatındakı “Əkbər” klinikasında dr. Əhməd Elkadi bir neçə təcrübədən sonra bu nəticəyə gəlmişdir ki, ərəb dilini bilib-bil-

məməsindən asılı olmayaraq müsəlmanlar Qurana qulaq asdıqda onlarda psixoloji dəyişikliklər baş verir. Onlar stress və gərginlikdən uzaqlaşır, tamamilə sakit vəziyyətdə olurlar və xəstəliklərə qarşı immunitetləri güclənir. Bunlar daha əvvəl transsendental meditasiya zamanı başa verən dəyişikliklərlə eynidir. Bu təcrübələrdə dr. Elkadi qan təzyiqini, ürək döyüntüsünü, əzələ gərginliyini, elektrik cərəyanına qarşı dərinin reaksiyasını ölçmək üçün ən son tibbi elektronik avadanlıqlardan istifadə etmişdir. Dr. Elkadiyə görə, Quranın səsləndirilməsi 97 faiz sakitləşdirici təsirə malikdir. Təcrübədə iştirak edən şəxslər yüksək mənəvi hisslər yaşamışlar, amma dr. Elkadi “ruh ölçən cihaz” olmadığı üçün onların mənəviyyatının dərəcəsini qiymətləndirə bilmədiyini qeyd etmişdir (19).

Bu nəticələr dr. Məhəmməd Xair Əl-İrqişosinin rəhbərliyi ilə Xartum Universitetində aparılan təcrübələrdə də öz təsdiqini tapmışdır. Əl-İrqişosi apardığı təcrübədə qan təzyiqi kimi dəqiq fiziki ölçülərlə müəyyən edilə bilən dəyişənləri əsas götürmüşdür. Tibb fakültəsinin həkimləri hipertoniyadan — gərgin həyat tərzini və ya başqa naməlum səbəblərdən arterial təzyiqinin artması ilə səciyyələnən xəstəlik — əziyyət çəkən xəstələri tədqiq etmişlər. Tədqiqatda iki müalicə üsulu arasında müqayisə aparılmışdır. Birinci üsulda xəstələrlə söhbət aparılmış və onların əzələləri rahatladılmışdır. İkinci üsulda Qurandan ayələr oxudulmuş, peyğəmbərin hədisləri səsləndirilmiş və xəstələrin əzələləri rahatladılmışdır. Xəstələr üç qrupa bölünmüşdür: eksperimental qrup, diqqətli şəkildə nəzarət olunan qrup və söhbət aparılmadan, Quran dinlənilmədən sadəcə əzələlərin rahatladılması ilə müalicə olunan qrup.

Nəticələr gözlənilən kimi olmuşdur. Hər üç qrupa məxsus xəstələrin vəziyyətləri yaxşılaşsa da, İslam dininin

mənəvi terapiyası ilə müalicə olunanlar digərlərindən tez sağalmışlar. Bu əhəmiyyətli nəticələr terapiyadan bir neçə ay sonra hər ehtimala qarşı bir də nəzərdən keçirilmişdir. Həkimlər qan təzyiqinin normal səviyyədə olduğunu nəzərə alaraq xəstələrin bir çoxuna dərman qəbulunu dayandırmağı məsləhət görmüşlər (20).

Bütün bunları nəzərə aldıqdan sonra deyə bilərik ki, İslam nöqteyi-nəzərindən meditasiyanın əsl dəyəri ibadət, Allahı zikr etmə və ondan kömək istəmək üçün dua etməklə birbaşa əlaqəlidir. İslam dinində təfəkkürün mayası tək Allaha inanmaqdır. Bu, rasional və dərin inanc deməkdir. Bütün yaradılanların sahibi Qadir Allahdır iddiasının irəli sürülməsidir. Bu inanc sadəcə təfəkkürün təməlində dayanan fikir deyildir, ümumilikdə İslam dininin mahiyyətini izah edir.

İslam dinində təfəkkür yaradanla yaradılan haqqında meditasiya etməkdən başlayır. Bu cür yaşmada heç bir problem yoxdur, çünki İslam inancında əşyalar və predmetlərin Allahla əlaqələndirilməsi ancaq ilahi göstərişlər çərçivəsində olur.

Ateistlər də kainatı “ana təbiət” kimi dərk edərək onun sonsuz gözəlliyi haqqında təfəkkür edə bilər və ya hər şeyin “böyük partlayış” nəticəsində ortaya çıxması fikrinə sahib ola bilərlər. Onlar bəzən dünyanın necə yaranması haqqında düşünmək əziyyətinə qatlanmaq istəmərlər. Çünki ateistlər emosional fikirləşməyə üstünlük verərək kainatın necə yaranması haqqında rasional düşünmürlər. Bütpərəstlər və politeizm (çoxtanrılıq) təmsilçilərinə görə isə hər şeyi öz aralarında savaşıyan tanrılar yaratmışlar. Bu cür insanların ağlları və ürəkləri ilə düşünmələri çox mürəkkəb prosesdir, çünki onların dünyagörüşündə ağıl və ürək bir-biri ilə ziddiyyət təşkil edir. Bu səbəbdən də “mistik” təcrübələrə malik olmaq istəyən qərblilərə ağıla

əsaslanan ibadət formasından yayınmaq məsləhət görülür (21). Benson Karen Armstronqun (Karen Armstrong) "Tanrının tarixi" ("A History of God") kitabı haqqında şərhlərində qeyd edir ki, bunun səbəbi mistik təcrübələrin rəşional olmayıb intuisiyaya əsaslanmasıdır. Armstronq bu prosesini "səssiz təfəkkür" adlandırır. O yazır: "Mistik təcrübə... Bu, əşyalarla bağlı obyektiv faktları nəzərə almaq deyil, daxili səyahətlə baş verən subyektiv təcrübədir. Mistik təcrübə beyin və məntiq nəzərə alınmadan təsəvvürlərin ağılınızın bir hissəsinə çevrilməsi yolu ilə baş verir. Çünki bu, məcburi şəkildə yaradılan mistik bir prosesdir" (22).

Li Şan da Benson və Armstronq kimi meditasiya edən şəxslərə bəzi məsləhətlər verir. O, insanları ehtiyatlı olmağa çağırır: "Bu prosesini intellektual müstəvidə nəzərə almamağa cəhd edin. Çünki bu proses intellektlə əlaqəli deyil, duyum tərzidir" (23).

İbadət edən müsəlmanlar üçün təfəkkür Allahın koqnitiv və mənəvi cəhətdən dərk edilməsi ilə nəticələnən mənəvi prosesdir. Yəni islami təfəkkür tərzini hər hansı xəstəliyin müalicə edilməsi üçün emosional fəaliyyət və ya insanların bir neçə gün tək ayaq üstə dayanmağa və ya kəskin mismarlardan düzəldilmiş yataqda uzanmağa məcbur edilməsi ilə bədənə işgəncənin verilməsi deyil. İslamdakı təfəkkür ürəklə ağıl, rəşionallıqla emosionallıq, ağıllı olmaqla hissiyatlı olmaq arasında əlaqənin yaradılmasına xidmət edən ibadət formasıdır. Bu səbəbdən də ciddi şəkildə təfəkkür edən insanların daha yaxşı ovqatda olma ehtimalları böyükdür və inşallah onların ibadətləri qəbul olunar. İslamda qeyri-rəşional və həddən artıq emosional yanaşmalar və fərqli şüurlu vəziyyətlərdə olma əsas məqsədlərdən deyil. Şərq və Qərbdə mistikaya meyilli insanların rəşionallığı rədd edib kəskin bədən ağrılarına

dözməyin faydasını göstərmək üçün yüksək qiymətləndirdikləri qeyri-adi təcrübələrin İslamdakı təfəkkürlə heç bir əlaqəsi yoxdur. Bu səbəbdən də Əl-Həsən Əl-Bəsri Allahı şüurlu şəkildə zikr və təfəkkür etməyi dəmir pulun iki üzünü kimi qiymətləndirir. Bu baxımdan ateist və çoxtanrılığa inanan insanların etdikləri meditasiya ilə İslam dinində yerinə yetirilən təfəkkür prosesi belə müqayisə oluna bilər. Məsələn, bunların hər ikisi eyni formada olan balıqqulağıdır, amma birində nadir mirvari mövcuddur, digəri isə boşdur. Təbii ki, bu, qeyri-müsəlmanların hiss etdikləri xoşbəxtlik duyğularının, psixoloji rahatlıqlarının, problemlərdən uzaq olmalarının saxta olması mənasına gəlməməlidir. Daha əvvəl də qeyd etdiyim kimi, bu, fiziki və psixoloji problemlərin həll edilməsi üçün istifadə olunan terapevtik fəaliyyətdir. Bununla belə, qeyri-müsəlmanların hiss etdikləri işıq parıltısı və mənəvi sakitlik onların gündəlik problemlərinə səbəb olan materialist düşüncədən müəyyən zaman ərzində olsa da, uzaqlaşmalarının müqabilidir. Onlar bəlkə də həyatlarında ilk dəfə ülvə mənəviyyat üfəqündə parıltı hiss edir və həyatlarının materialist çərçivədə davam etməsi ilə müqayisədə böyük nailiyyət əldə etdiklərini dərk edirlər.

Şübhəsiz ki, qeyri-müsəlmanlara böyük təsir edən bu hisslər müsəlmanların hiss etdikləri ilə müqayisə edilə bilməz. Müsəlmanlar kainatdakı hər şeyin Allahı tərif deməsindən agahdırlar. Bu haqda Quranda yazılmışdır: “Yeddi göy, yer və onlarda olanlar Onı təriflər deyir. Elə bir şey yoxdur ki, həmd ilə Onı tərif deməsin, lakin siz onların tərifini anlamazsınız. Həqiqətən, O, həlimdir, bağışlayandır” (17:44). İbadət edən müsəlmanlar kainatdakı hər şeyin Allahı tərif deməsini konkret olaraq şərh edə bilməsələr də, yaradılanlar arasındakı ahəngi hiss edə bilirlər. Bu hisslər davamlı olan təfəkkür nəticəsində daha

da güclənir və dünya zövqləri ilə müqayisə oluna bilinməyəcək dərəcədə mənəvi razılığa çevrilir.

İbn Əl-Qayyim “Mədarij Əl-Salihin” əsərində dünyəvi problemlərin və qayğılardan yox olduğu və qaranlıqların nurlandığı bu duyğuları belə izah edir: “Özünü ibadətə həsr edən, daima Allahı xatırlayan müsəlmanlar tərk-i dünya olur və bütün səslərin sükuta qərq olduğu tənhalıqdan zövq alırlar... Burada onlar ürəklərinin və iradələrinin tam gücünü hiss edir və heç bir gərginlik hissi yaşamırlar... Sonra isə ibadətin şirinliyini tam mənası ilə duyurlar. Onlar mənəvi rahatlıq əldə edir və dünyəvi istəklərinin həqiqi olması zamanı duyduqlarından daha çox məmnunluq hiss edirlər. Bütün dünyəvi qayğılar yox olur, çünki onlar digər insanlardan fərqli olaraq ayrı dünyada olurlar” (24).

İbn Teymiyyə “Məcmuu Əl-Fətva” (“Fitvaların ümumi məcmusu”) əsərində səmimi şəkildə təfəkkür edən bəzi insanlardan sitatlar gətirmişdir: “Mən elə bir vəziyyətdə idim ki, əgər cənnətdəki insanlar da bu duyğulara malikdirsə, onda onlar sözlə ifadə olunmayan səadət içindədirlər”. Digər bir insan isə belə demişdir: “Sevincimdən sanki göyün yeddinci qatında idim”. Başqa birisi isə hisslərini belə ifadə edir: “Həqiqi şəkildə ibadət edənlər ibadətlərindən yayınan və ya tam mənası ilə bunu yerinə yetirməyən insanlardan daha çox zövq alırlar” (25).

Müsəlmanlarla ateistlər (büt-pərəstlər) arasındakı fərq ikinci qrupa aid olan insanların zülmətdə olmaları, sadəcə meditasiya ilə müəyyən işıq parıltısına nail olmalarıdır. Quranda sanki onlara xitab edilmişdir: “Şimşək hər dəfə onların yolunu işıqlandırdıqda onunla gedirlər, zülmət onları bürüdükdə isə dayanıb dururlar” (2:20).

## DÖRDÜNCÜ FƏSİL

### Quran və Allahın yaratma sənəti haqqında təfəkkür

İslam dinində Allahı düşünmək və onu təfəkkür etmək ibadətin ən gözəl formalarından biridir. Quranda bu haqda hər bir mənəvi vəziyyət nəzərə alınmaqla müxtəlif metod və vasitələr təbliğ olunur. Bunun əsas məqsədi insanların duyğularını oyatmaq, pis əməl və vərdislərdən əl çəkmələrinə kömək olmaq, onları monoton həyat tərzindən uzaqlaşdırmaq, ürəkləri və ağılları ilə Allahı, kainatdakı yaradılış işarələrini görmələrinə kömək etməkdir. Qurandakı bəzi metodlar aşağıda verilmişdir.

Allah və onun xüsusiyyətlərindən  
ilham almağa çağırış

Allahın sifətlərini, xüsusiyyətlərini qəbul edən, tərəddüdsüz şəkildə Allaha inanan insanlar həqiqi mənada təfəkkür edə bilərlər. Bu, birbaşa tövhid, yəni Allahdan başqa məbudun olmadığını və hər şeyin onun tərəfindən xəlq edildiyini qəbul etməklə bağlıdır. Yerin və göylərin əzəməti, gözəlliyi ilə bağlı başqa formada edilən təfəkkür şirk (Allaha ortaq qoşmaq) və ateizm (Allahı inkar etmə) kimi qiymətləndirilir. Bu səbəbdən də Quranda Allahın ilahi xüsusiyyətləri haqqında tez-tez xatırlatmalara rast gəlirik. Məsələn: “De: “O Allah Təkdir! Allah Möhtac deyildir. O, nə doğub, nə doğulub. Onun bənzəri də yoxdur” (112:1–5). Başqa bir ayəyə nəzər salaq: “O, Özündən başqa

heç bir məbud olmayan, qeybi və aşkarı Bilən Allahdır. O Mərhəmətlidir, Rəhmlidir. O, Özündən başqa heç bir məbud olmayan, Hökmran, Müqəddəs, Pak, haqqı təsdiq edən, hər şeyi müşahidə edən, Qüdrətli, Qadir, Məğrur Allahdır. Allah onların Ona şəriki qoşduqlarından ucadır. O, Xaliq, yoxdan Yaradan, Surətverən Allahdır. Ən gözəl adlar yalnız Ona məxsusdur. Göylərdə və yerdə olanların hamısı Onun şəninə təriflər deyir. O, Qüdrətlidir, Müdrikdir” (59:22–24). Və ya: “O, göyləri və yeri icad edəndir. Onun zövcəsi olmadığı halda övladı necə ola bilər? Hər şeyi O xəlf etmişdir. O, hər şeyi bilir. Budur Allah – sizin Rəbbiniz. Ondan başqa ilah yoxdur. Hər şeyin yaradıcısı Allahdır! Elə isə Ona ibadət edin! O, hər şeyi qoruyandır. Gözlər Onu dərk etmir. O isə gözləri dərk edir. O, Lətifdir, hər şeydən xəbərdardır” (6:101–103).

İslam dinində təfəkkür etməyə başlamazdan əvvəl sözün əsl mənasında Allaha inanmaq lazımdır. Bu münasibətlər insanların yollarını azmalarına mane olan və doğru yolda irəliləməyə kömək edən mayakdır. Quranda imanlı şəxslərin mənəvi ekskursiyalarına bələdçilik etmək üçün başqa arqumentlər də vardır. Bunlar hələ də Allaha tam mənası ilə inanmaqda tərəddüd edən və ya qəlbləri möhürlənmiş şəxslər üçün gözəl xatırlatmalardır.

### Allahın nemətlərini xatırlatmaq

Allah insanların ürəklərini yumşaltmaq üçün Quran vasitəsilə onlara müxtəlif yollarla müraciət edir. Bunlardan biri də xaliq olan Allahın öz nemətlərini və etdiyi yaxşılıqları mütəmadi olaraq xatırlatmasıdır. Bunlar haqqında təfəkkür etmək insanlarda mərhəmət, sevgi və şəfqət hisslərinin yaranmasına kömək edir. Məsələn: “Mal-qaranı da O yaratdı. Onlarda sizin üçün istilik, bədəninizi isti

saxlayan yun geyim və başqa faydalar vardır. Həmçinin onlardan yeyirsiniz” (16:5).

Başqa bir ayəyə diqqət edək: “Göydən suyu endirən Odur. Bu, həm sizin içməyiniz, həm də içində mal-qaranızı otardığınız otların bitməsi üçündür. Allah onunla sizin üçün dənli bitkilər, zeytun, xurma, üzüm və başqa meyvələrin hamısından yetişdirir. Həqiqətən, bunda anlayan adamlar üçün dəlillər vardır” (16:10–11).

Başqa ayələrdə Allah insanlara belə müraciət edir: “O, gecəni və gündüzü, günəşi və ayı sizə xidmət etməyə yönəltdi. Ulduzlar da Onun əmri ilə ram edilmişdir. Sözsüz ki, bunlarda anlayan insanlar üçün əlamətlər vardır. Yer üzündə sizin üçün yaratdığı müxtəlif rəngli şeyləri də sizə ram etdi. Şübhəsiz ki, bunda düşünüb ibrət alan insanlar üçün dəlillər vardır. O, dənizi də sizin xidmətinizə verdi ki, ondan yemək üçün təzə balıq və taxmaq üçün bəzək şeyləri əldə edəsiniz. Sən gəmilərin dənizi yara-yara üzdüyunü görürsən. Bütün bunlar Allahın lütfündən sizə nəsib olanları axtarıb tapmağınız və şükür etməyiniz üçündür. O, sizi silkələməsin deyə, yer üzündə möhkəm dağlar və düzgün səmt götürəsiniz deyə çaylar və yollar yaratdı. Əlamətlər yaratdı. İnsanlar ulduzlar vasitəsilə də getdikləri yolu müəyyənləşdirirlər. Heç yaradan da yarada bilməyən kimi ola bilərmi? Düşünüb ibrət götürməyəcəksinizmi? Əgər Allahın nemətlərini saymalı olsanız, onları sayıb qurtara bilməzsiniz. Həqiqətən, Allah Bağışlayandır, Rəhmlidir” (16:12–18).

Allahın insanlara və yer üzündəki digər canlılara qarşı sonsuz lütfü və mərhəməti haqqında təfəkkür etmək üçün bu cür xatırlatmalar həssas, ağıllı və şükür edən insanlara dərhal təsir edir. Onlar bu ayələrdən dərs çıxarırlar. Quran təfəkkür etməklə bağlı ilahi çağırışlara qarşı kar olan və iman gətirməyən insanları belə təsvir edir: “De:

“Görün göylərdə və yerdə nələr var”. Lakin iman gətirməyən adamlara dəlillər və xəbərdarlıqlar heç bir fayda vermir” (10:101). Başqa bi ayədə bu qrupa daxil olan insanlar haqqında belə deyilir: “Göylərdə və yerdə neçə-neçə dəlillər vardır ki, insanların çoxu onların yanından üz çevirib keçirlər” (12:105).

Yusif Əli Allahın yaradılışla bağlı əlamətləri, işarələri haqqında qeyd edilən son ayəni belə şərh edir: “Allahın yaradılışla bağlı işarələri qəlb gözü açıq olan şəxslərin görməsi üçün hər tərəfdə mövcuddur. Amma bəzi insanlar o qədər qürurludurlar ki, bunlara göz yumurlar” (1). Qatı ürəyə sahib, etinasız insanlar bu mövzu ilə bağlı yanaşmalarını bir daha nəzərdən keçirməlidirlər.

### Qatı qəlbli insanları məzəmmət etmək

Bu cür müraciətlər sərt və təhdid mahiyyətində olur. Belə ayələr “Məgər onlar görmürlər?” birləşməsi ilə başlayır və ya bu tip ayələrdə “...görmürlər?” sözü istifadə olunur. Məsələn: “Məgər onlar göydə və yerdə qarşılarına və arxalarına baxmırlarmı? Əgər istəsək, onları yerə batırır və yaxud göyün bir parçasını onların başına endirərik. Şübhəsiz ki, bunda tövbə edib Allaha qayıdan hər bir qul üçün ibrət vardır” (34:9). Başqa bir nümunəyə diqqət yetirək: “Məgər onlar dəvənin necə yaradıldığını görmürlər? Göyün necə yüksəldiyini görmürlər? Dağların necə sancıldığını görmürlər? Yerin necə döşədildiyini görmürlər?” (88:17–20).

Bu cür ayələrin böyük bir qismi Quranda rəvayət edilən hadisələr və ya peyğəmbərlərin sözləri ilə əlaqəli olur. Məsələn, Nuh peyğəmbər öz qövmündə iman gətirməyən kafirləri bu sözlərlə məzəmmət edir: “Necə olub ki, siz Allahın böyüklüyünü layiqincə uca tutmursunuz?

Axı O sizi mərhələlərlə yaratdı. Məgər Allahın yeddi göyü təbəqə-təbəqə necə yaratdığını görmürsünüz? Ayı bir nur, günəşi də çıraq etmişdir” (71:13–16).

### Dindar insanları tərifləmək

Qurandakı ayələrin bir qismi hər şeydə Allahın sonsuz nemətlərini görəndə, Allahın varlığını və əzəmətini sübut edən dəlillərə qarşı həssas olan və onlardan dərs çıxaran şüurlu insanları həvəsləndirmək və tərifləməklə bağlıdır. Bunlar bədən və ruhun hər cür fiziki və psixoloji vəziyyətində Allahı xatırlayan dindar insanlardır: “Həqiqətən, göylərin və yerin yaradılmasında, gecə ilə gündüzün bir-birini əvəz etməsində (bir-birinin ardınca gəlib-gəlməsində) ağıl sahibləri üçün Allahın varlığını, qüdrətini, kamalını və əzəmətini sübut edən açıq dəlillər vardır. O kəslər ki, ayaq üstə olanda da, oturanda da, uzananda da Allahı xatırlar, göylərin və yerin yaradılması haqqında düşünər və deyirlər: “Ey Rəbbimiz! Sən bunları boş yerə yaratmamısan! Sən pak və müqəddəssən! Bizi cəhənnəm odunun əzabından Özün qoru!” (3:190–191).

### Daxili hisslərə xitab etmək

Quran insanların daxili hisslərini oyatmaqla onları kainatdakı ilahi işarələr və əlamətləri dərk etməyə təhrik edir. Aşağıdakı ayələr insanları ətraflarında olan hər şeydə – fərqli rənglərdə, bitkilərdə, heyvanlarda, hətta cansız əşyalarda əks olunan gözəllikləri görməyə və səmimi hisslərə malik olmağa səsləyir: “Ya Peyğəmbər! Məgər Allahın göydən bir yağmur yağdırdığını görmürsənmi?! Sonra Biz onunla növbə-növ meyvələr yetişdirdik və dağlarda müxtəlif rəngli – ağ, qırmızı, tünd-qara yollar, yaxud

tünd-qara qayalar peyda etdik. İnsanların, yer üzündə gəzən heyvanların və davarların da bu cür müxtəlif rəngləri vardır. Allahdan öz bəndələri içərisində ancaq alimlər qorxar. Onlar elm sahibi olduqları üçün Allahın vəhdaniyyətini, heybət və əzəmətini daha yaxşı başa düşür və Ondən daha çox qorxurlar. Həqiqətən, Allah yenilməz qüvvət sahibidir, möminləri bağışlayandır!" (35:27–28).

Biz həmçinin Allahın insanların həyatlarının davam etməsi üçün davarı yaratmasından və insanlara sonsuz nemətlər bəxş etməsindən sonra qullarına öz gözəlliyi haqqında təfəkkür etməyi tapşırmasını da unutmamalıyıq: "Davarı da (dəvə, inək, kəl, qoyun, keçi və s.) O yaratdı. Bunlarda, onların yununda sizin üçün istilik, cürbəcür mənfəət (südünü içmək; özlərini minmək, yer sürmək) vardır, həm də onların ətindən yeyirsiniz. Onları səhər naxıra, axşam axura gətirdikdə (səhər otlamaq üçün çölə göndərib axşam tövləyə qaytardıqda) baxıb zövq alırsınız" (16:5–6). Başqa bir ayədə isə belə deyilir: "O, yaratdığı hər şeyi gözəl yaratdı, insanı (Adəmi) yaratmağa palçıqdan başladı"(32:7).

Seyid Qütb "Fi Zilal Əl-Quran" ("Quranın kölgəsində") adlı əsərində son ayəni bu cür izah edir: "Dünya sözlərlə izah edilməyəcək dərəcədə çox gözəldir. İnsanlar Allahın icazə verdiyi müddətdə və onun müəyyən etdiyi ölçüdə istədikləri qədər bu gözəlliklərdən istifadə edə bilərlər. Bu dünyadakı gözəllik elementlərini hiss etmək niyyətə bağlıdır. Yaradılanları dərk etmək bu gözəllikləri hiss etmək, bunları qəlblərdə duymaqla mümkündür. Hər bir orqanda, varlıqda bu gözəlliklər aydın şəkildə nəzərə çarpır. Arıya, güllərə, ulduzlara, gecəyə, səhərə, kölgələrə, buludlara, kainatın nəğməsinə baxın, bunlardakı ahəngi, mükəmməliyi görün. Bu, gözəllik və mükəmməlik dünyasında zövqverici, fərəhləndirici səyahətdir. Quran bizim

diqqətimizi buna yönəltmək istəyir. Beləcə, biz bunlarla bağlı təfəkkür edə bilərik. “O, yaratdığı hər şeyi gözəl yaratdı” ayəsi bütün kainatdakı gözəllikləri görmək üçün ürəklərimizi rıqqətə gətirməlidir” (2).

### Qadir Allahın yaratdığı varlıqlara olan etimadını vurğulaması

Təfəkkürün dərəcəsinin yüksəldilməsində nəzərə alınan əsas məsələ Allahın yaratdıqlarına and içməsidir. Bu məqam Allah tərəfindən yaradılan hər şeylə bağlı düşünmək, bunların mahiyyətini dərindən qavramaq və yaradılışdakı fəlsəfəni dərk etmək üçün ciddi nüansdır. Allah dan yerinə, quşluq vaxtına, torana, aya, əncirə və zeytuna and içir. Mərhəmətli yaradan küləklərə, ulduzlara, səmaya, günün başlamasına və gecənin düşməsinə də and içir.

İslam dinində təfəkkür etməyə həddən artıq dəyər verildiyi üçün Əl-Həsən Əl-Bəsri kimi zahidlər və ibadət edən insanlar belə qənaətə gəlmişlər: “Bir saatlıq təfəkkür etmək bütün gecəni oyaq qalıb ibadət etməkdən daha üstündür”. Əməvi xəlifəsi Ömər ibn Əbdüləziz demişdir: “Allahı zikr etmək saleh əməldir, amma Allahın nemətləri, lütfələri haqqında təfəkkür etmək ibadətin ən yaxşı formasıdır” (3).

### İslamda təfəkkür etməyə təhrik

İnsanların özlərinə qarşı biganə qalmaları, təfəkkür etməmələri və bəşəriyyətin yaradılışı ilə bağlı düşünməmələri İslam dinində cəhalətin yüksək dərəcəsi və Allahın kainatdakı əlamətlərini müşahidə etmək qabiliyyətindən məhrum olma kimi qiymətləndirilir. İslam dinində göylər, dənizlər, dağlar və çaylar haqqında təfəkkür etmə-

yin vacibliyini nəzərə aldıqda Allah tərəfindən yaradıldıqdan sonra mələklərin səcdə etdiyi, göydə və yerdə olan hər şeyin hakimi olan insanların yaradılışı və meditasiya haqqında nə deyilə bilər? Quran ayələrinə istinad edək: “Göylərdə və yerdə nə varsa, hamısını öz tərəfindən sizin ixtiyarınıza qoyan da Odur. Həqiqətən, bunda düşünən bir qövüm üçün ibrətlər vardır!” (45:13).

Quranda göylər və yer haqqında düşünmək, təfəkkür etməklə bağlı və insanların ən əhəmiyyətli varlıq olduğunu xatırladan çox sayda ayələr vardır. Həmçinin uca Allahın kitabında insanların yaradılışı ilə bağlı təfəkkür etməyin vacibliyini göstərən ayələrə də rast gəlirik. Daha əvvəl də yazdığım kimi, insanların göylərdə və yerdə Allahın işarələrini, əlamətlərini görmələrinə imkan yaratmaq üçün Quran hər vasitə ilə onların qəlblərinin qatılaşmasının qarşısını almağa və insanları monotonluqdan xilas etməyə çalışır. İnsanlar haqda ayələr hər bir şəxs və emosional vəziyyətə uyğun olub insanların həvəsləndirilməsi üçündür. Aşağıdakı ayələr insanların yaradılması, Allah tərəfindən onlara verilmiş nemətlər haqqındadır: “Biz, həqiqətən, insanı tərtemiz süzülmüş palçıqdan yaratdıq. Biz Adəmi torpaqdan, Adəm övladını isə süzülmüş xalis palçıqdan – nütfdən xəlf etdik. Sonra Adəm övladını nütfə halında möhkəm bir yerdə (ana bətnində) yerləşdirdik. Sonra nüt-fəni laxtalanmış qana çevirdik, sonra laxtalanmış qanı bir parça ət etdik, sonra o bir parça ətini sümüklərə döndərdik, sonra sümükləri ətə örttdük və daha sonra onu bambaşqa (yeni) bir məxluqat olaraq yaratdıq. Yaradanların ən gözəli olan Allah nə qədər (uca, nə qədər) uludur!” (23:12–14). Başqa ayədə də eyni məsələyə toxunulur: “Ya Peyğəmbər! De: “Sizi yoxdan yaradan, sizə qulaq, göz və qəlb verən Odur. Allahın nemətlərinə nə az şükür edirsiniz!” (67:23).

Zalım və təkəbbürlü insanlara Quranda belə müraciət olunur: "Məgər insan onu nütfədən yaratdığımızı görmədimi ki, birdən-birə Rəbbinə açıq bir düşmən kəsildi!" (36:77), "Məgər sizi bir qətrə zəif (dəyərsiz) sudan (nütfədən) yaratmadıq mı?! Biz müəyyən bir vaxta qədər onu möhkəm bir yerdə (ana bətnində) saxladığımız, Biz nütfədən insan yaratmağa qadir olduq. Nə gözəl qadir olanlarıq Biz! O gün vəy halına qiyaməti yalan sayanların!" (77:20-24).

Allah Quranda insanların gözəlliyini belə təsvir edir: "Biz insanı ən gözəl biçimdə yaratdıq!" (95:4). Başqa bir ayə: "O, göyləri və yeri haqq-ədalətlə (yerli-yerində) xəlq etdi, sizə surət verdi, surətlərinizi də gözəl yaratdı. İnsan bütün canlıların ən gözəli və ən kamildir. Axır dönüş də Onun hüsurudur!" (64:3).

Allah həm böyük hadisələrə və yer üzündə yaratdıqlarına, həm də insanın ruhuna və nəfsinə and içir. Bu hal bəzən onun işarələri, bəzən isə insanın ruhu və nəfsini daha yüksək dərəcəyə çatdırmaq üçün qiyamət günü kimi böyük hadisələr kontekstində müşahidə olunur. Qiyamə surəsində Allahın and içməsinə rast gəlirik: "And içirəm qiyamət gününə. And içirəm günah etdiyi üçün, yaxud yaxşı əməli azdır deyə özünü qınayan nəfsə! Siz öləndən sonra mütləq diriləcəksiniz! Məgər insan elə güman edir ki, qiyamət günü onun sümüklərini bir yerə yığa bilməyəcəyik?! Bəli, Biz onun barmaqlarını da, barmaq sümüklərini də, barmaqlarının uclarını da düzəltməyə qadirik!" (75:1-4).

İlahi and içmələr həm də insanların doğru yolda olduqları təqdirdə bu dünyadan sonrakı əbədi həyatda nicat tapacaqlarına əminliyin təmin edilməsidir. Bu məqamlarda Allah and içir: "And olsun nəfsə və onu yaradana (ona biçim verənə). Sonra da ona günahlarını və pis əməllərdən çəkinməsinə, xeyir və şəri öyrədənə ki, nəfsini günah-

lardan təmizləyən mütləq nicat tapacaqdır! Onu günaha batıran isə, əlbəttə, ziyana uğrayacaqdır” (91:7–10).

Allah insan həyatının fərqli aspektləri ilə əlaqəli də and içir. Məsələn, qısa, amma məna baxımından geniş olan Əsr surəsində Allah and içir ki, yer üzündəki qısa həyatlarında iman gətirib haqqı təbliğ edən insanlar cənnətə girəcəklər. Dünyanı axirətdən üstün tutanlar isə ziyan içində olacaqlar: “And olsun axşam çağına ki, insan ömrünü bihudə işlərə sərf etməklə, dünyanı axirətdən üstün tutmaqla ziyan içindədir. Yalnız iman gətirib yaxşı əməllər edən, bir-birinə haqqı tövsiyə edən və səbri tövsiyə edən kimsələrdən başqa! Belələri Cənnətə nail olub əbədi səadətə qovuşanlardır!” (103:1–3). Allah göyün və yerin Rəbbinə də and içir: “Göyün və yerin Rəbbinə and olsun ki, bu deyilənlər sizin danışığınız kimi həqiqətdir” (51:23).

Yuxarıda qeyd olunan ayələr insanların özləri haqqında təfəkkür etmələrinin əhəmiyyəti barədə Quranda mövcud olan ayələrdən sadəcə bir qismidir. Allah yer üzərində insandan başqa möcüzə yaratmasaydı belə, bu ayələr insanların ona iman gətirmələri üçün kifayət edərdi. İnsanlar onların digər canlılardan fərqlənməsində səbəb olan ruh, ağıl və nəfsin dərin mistik mənasının təsirindən heç vaxt çıxıb bilmirlər. Bunlar həmin komponentlərdən sadəcə bəziləridir, vaxt və məkan kontekstində izah edilmirlər. Ruh, ağıl və nəfs insanlar tərəfindən heç vaxt tam mənası ilə dərk edilməyəcək. Bunları dəqiqliklə başa düşməyin mümkün olmaması insanların təvazökarlıqla Allaha tabe olması üçün əsas çağırışlardan biri hesab edilməlidir.

Öyrənmə, əzbərləmə, emosiya və motivasiya kimi laboratoriyalarda təhlil edilə bilən daha sadə psixoloji fenomenlər hələ də psixologiya tərəfindən tam şəkildə araşdırılmayıb. Psixologiya sonsuz dərinliyin sadəcə zahiri aspektlərini nəzərə alır. Əlavə olaraq onu da xatırlamaq

lazımdır ki, insanlar haqda konkret bioloji və maddi aspektlər də ancaq səthi olaraq qavranılır. Allahın insan bədənindəki əlamətlərini araşdırmaq üçün bütün insanlar həyatları boyunca durmadan çalışsalar, ancaq zərrə qədər məlumat əldə edə bilərlər. Çünki insan beyni dünyadakı ən böyük sirdir. Bütün qeyri-adi elmi nailiyyətlər insanların öz kəllələrinin içində mövcud olan bioloji kompüterin mürəkkəbliyini öyrənmələri və heyrlənmələrinə səbəb olmuşdur. Benson “Sonsuz şəfa” əsərində yazır: “Beyin elə mürəkkəb, mütəhərrik, çoxtərəfli və başqa orqanlarla mükəmməl əlaqədədir ki, bizim bunu tam mənası ilə izah etməyimiz mümkün deyil. Bizim yaşamağımız, hərəkət etməyimiz, sağ qalmağımız, xatırlamağımız, intuisiyamız və idrak etməyimiz kimi beyin fəaliyyətləri ilə bağlı etdiyimiz hər vacib kəşf daha çox təəccübümüzə səbəb olur. Beyin ilk baxışda kobud bir orqan kimi görünərsə də, baş vermiş və verəcək hər hərəkətimizi, hər hadisəni xatırlayan sirli bir “qutu” mahiyyətindədir” (4). Ona görə də insanların özlərində Allahın əlamətlərini görməmələri ilə bağlı ilahi xitab – “Sizin özünüzdə sizi yaradanın birliyini sübut edən əlamətlər vardır. Məgər görmürsünüz?” (51:21) – həmişə yeni və aktual qalacaq. Bu ayənin mənasının daha da aydın olması baxımından bu fəslə Seyid Qütbün cümlələri ilə yekunlaşdırmaq məqsəduyğun olardı: “Sizin özünüzdə....”, “....Məgər görmürsünüz?” İnsan bu dünyadakı ən böyük möcüzədir, amma onun ürəyi iman işığına qərq olmadıqda və Allahın nemətlərini inkar etdikdə öz dəyərinə və daşdığı sirlərə qarşı çox diqqətsiz olur. Axı insan hər nöqtəyi-nəzərdən möcüzədir: bədən forması, bədəndəki sirlər, ruh, ruhun sirləri və s. O bu kainatın bir elementini təmsil etdiyi üçün kainatın tərkib hissəsidir və möcüzədir. Səndə kiçik kainatın əks olunmasına baxmayaraq, sən kiçik kainat olduğunu id-

dia edirsən... İnsan özü haqqında təfəkkür etdikdə çox qeyri-adi məqamlar və reallıqlarla qarşılaşır: orqanların strukturu, onların yerləşməsi və funksiyaları, orqanların funksiyalarını yerinə yetirmə metodları, ruhun mahiyyəti, bunun bilinən və bilinməyən enerjisi və s. Bütün bu məlumatlar... bunlar harada və necə saxlanılır? Bu məlumat və təsəvvürlər necə xatırlanır? Bunlarla bağlı bilinməyən çox sual cavabsızdır. Hətta insanların çoxalması və irsiyyətlə bağlı çox qaranlıq məqamlar var. Məsələn, bir hüceyrədə insanın, onun valideynlərinin, ulu babalarının məlumatları əks olunur. Ortaya belə bir sual çıxır: Bu kiçik hüceyrələrdə bu qədər məlumat necə saxlanılır, qısa zamanda necə bərpa olunur?" (5).

## Təfəkkür ibadətin məhdudiyyətsiz forması kimi

Göylərin və yerin yaradılması və buralarda mövcud olanlar haqqında təfəkkür etmək hər hansı bir zaman, məkan dəyişikliyi ilə sona çatan proses deyil. Bu, ibadətin məhdudiyyətsiz və sərbəst formasıdır. Ağıl Allahın kainatdakı əlamətlərini, işarələrini başa düşmək səviyyəsinədən onu dərk etmək mərhələsinə keçdiyinə görə təfəkkür həmçinin ürəklərin yaradan sevgisi ilə nurlanması, xalığın dərk edilməsi qabiliyyətinin güclənməsi ilə nəticələnən koqnitiv və emosional prosesdir. Bu da təfəkkürün əsl mahiyyətidir.

Təfəkkürün vaxt və məkan ilə məhdudlaşdırılması problemindən azad olmaq üçün Quran insanlara məxluqatın ilkin yaradılışı ilə bağlı təfəkkür etməyi əmr edir: "Ya Rəsulum! De: "Yer üzünü gəzib Allahın məxluqatı ilk əvvəldən nə cür yaratdığına baxın. Sonra da Allah axirət həyatını yaradacaqdır. Allah hər şeyə qadirdir!" (29:20). Quranda mövcud zaman haqqında düşünməklə yanaşı, insanların Allah tərəfindən məhv edilmiş tayfaların aqibəti barədə də təfəkkür etmələri tələb olunur: "Məgər onlar yer üzünü gəzib özlərindən əvvəlkilərin aqibətinin necə olduğunu görmürlərmi? Onlar (Ad, Səməd tayfaları) bunlardan daha qüvvətli idilər" (30:9). Quran möminləri bu dünya ilə birlikdə həm də axirət haqqında fikirləşməyə dəvət edir: "...Allah sizə Öz ayələrini bu cür bildirir ki, bəlkə dünya və axirət işləri barədə fikirləşəsiniz..." (2:219–

220). Ancaq bu dünya haqqında təfəkkür edildikdə kainat natamam dərk edilir. Bu da insanların yer üzündə mövcud olması ilə bağlı səhv anlayışların formalaşmasına yol açır. Bu səbəbdən də imanlı şəxslər məxluqatın yaradılmasından qiyamət gününə kimi olan hadisələr barədə təfəkkür etməlidirlər.

Təfəkkür edərkən göylər, dağlar, dənizlər kimi təbiətlə əlaqəli hadisələri də nəzərə almağın vacibliyi vurğulanır. Quran bu ayədə qeyd olunanlara da diqqət yetirməyi vacib hesab edir: “Həqiqətən, göylərin və yerin yaradılmasında, gecə ilə gündüzün bir-birini əvəz etməsində, içərisində insanlar üçün mənfəətli şeylər olan gəmilərin dənizlərdə üzməsində, quruyan yer üzünü Allahın göydən yağmur yağdıraraq yenidən diriltməsində, cins-cins heyvanları onun hər tərəfə yaymasında, göylə yer arasında ram edilmiş küləyin və buludların bir səmtdən başqa səmtə döndərilməsində Allahın hikmət və qüdrətinə dəlalət edən əlamətlər vardır” (2:164).

Yelkənli gəmilər kimi yeniliklər insanlar tərəfindən icad edildikdə də bilik və elmi onlara bəxş edən qüdrətli Allahdır: “...Onlar (yaranmışlar) Allahın elmindən Onun Özünün istədiyindən başqa heç bir şey qavraya bilməzlər...” (2:255). Başqa bir ayədə isə belə deyilir: “Biz Davuda sizi düşmənlə vuruşda qorumaq üçün zireh (toxumaq) sənətinə öyrətdik. Ey Məkkə əhli! Rəbbinizin bu nemətinə artıq şükür edərsinizmi?” (21:80) (1).

Yuxarıda yazılanlara əlavə olaraq qeyd edilməlidir ki, insanların kəşf və icadları Allah tərəfindən müəyyən edilən təbii qaydalar xaricində baş verə bilməz. Qadir Allah dənizdə üzən dağlar kimi hərəkət edən nəhəng gəmilərin də sahibinin özü olduğunu göstərir: “Dənizdə uca dağlar kimi üzən gəmilər də Onundur” (55:24). Sadəcə gəmilər yox, təyyarələr, roketlər, peyklər və Allahın lütfü

və mərhəməti sayəsində insanlar tərəfindən icad edilən hər şey onundur: "Sizin üçün (bol) nemətinə özünüza ruzi axtarmaq məqsədilə dənizdə gəmiləri hərəkətə gətirən məhz Rəbbinizdir! Həqiqətən, Rəbbiniz sizə qarşı rəhmlidir!" (17:66).

Müasir dövrdə icadların İslam dininin hakim olmadığı və Allahın təkliyinə inanmayan insanların yaşadığı ölkələrdə edilməsini əsas gətirən bəzi möminlər bunlar haqda təfəkkür etmirlər. Bu, çox təəssüf doğuran məqamdır. Həmçinin müsəlmanların müasir icadlar və xidmətlərə çox az həvəs göstərməsi və bunlardan az istifadə etməsi də müşahidə edilir. Bu cür emosional çaşqınlıq bəzi imanlı şəxslərin müxtəlif fikirlərə, düşüncələrə meyil etməsinə yol açır. Bəziləri çaylar və dənizlər kimi Allahın yaratdığı təbii yaradılışlarda rəhmət, mərhəmət və səxavətlik görür və bəziləri isə müasir texnologiya nəticəsində əldə edilən son nailiyyətləri, icadları diqqət mərkəzində saxlayırlar. Şərqdə və Qərbdə bu cür düşüncə cərəyanının tərəfdarları Allahın yaratdığı təbiət predmetləri ilə insanlar tərəfindən edilmiş icadlar arasında fərqlərin olması istiqamətində güclü təbliğat aparırlar. Nəticədə elm və din arasında uçurum yaranır.

Ürəklər Allah sevgisi ilə daha çox qızındıqca insanlar daha aydın müşahidə etmə və düşünmə qabiliyyətinə malik olurlar. Onlar dərk edirlər ki, kainat və onun içində olan hər şey Allahın mülkündə sadəcə əhəmiyyətsiz bir atom mahiyyətindədir. Bundan əlavə, insanları da, onların düzəltmələrini də sonsuz qüdrət sahibi Allah yaratmışdır: "Halbuki sizi də, sizin düzəltmələrinizi də Allah yaratmışdır!" (37:96). Müsəlman dünyasının müasir zamanda zəif olmasının bir səbəbi də onların Allahın qanunlarına əhəmiyyət verməmələridir.

Bunu da xatırlatmaq lazımdır ki, bu ayələr nazil olduqda və Allah tərəfindən Məkkə, Mədinə və qonşu ərazilərdə olan müsəlmanlara okeanlarda dağlar kimi üzən gəmilər haqqında məlumat verildiyi vaxtlarda gəmilər qeyri-müsəlmanlar tərəfindən istifadə olunurdu. Amma bu hal imanlı şəxsləri Allahın işarələri və insanlar üçün təmin etdiyi rahatlıqlar haqqında təfəkkür etməkdən yayındırmadı.

Bu qısa fəsildə kainatla bağlı təfəkkür etmək üçün heç bir məhdudiyyətin olmaması izah olundu. Bunu da əlavə edirəm ki, dünyada müsəlmanların marağına səbəb olan bir çox məfhum və fenomenlər mövcuddur. Bunlar da müsəlmanların imanlarının güclənməsinə təkan verir. Bu cür görünməz, gizli fenomenlər haqqında təfəkkür etməyin də məhdudiyyətsiz ibadət olub-olmaması növbəti fəsildə izah olunacaq.

## Görünməzliklə bağlı təfəkkür və onun sərhədləri

İslam dinində təfəkkür ibadətin sərbəst formasıdır və günəş, çaylar, planetlər kimi gözlə görünən, cinlər və mələklər kimi isə gözlə görünməyən hər şeylə bağlı insanların təsəvvür və təfəkkür etmələri üçün heç bir məhdudiyyət yoxdur. Bu mövzuda sadəcə bir istisna var: yarıdanla bağlı təfəkkür etmək. Allahla bağlı nəyi isə təsəvvür etmək, onun haqqında düşünmək həm qadağan olunur, həm də qeyri-mümkün məsələdir. Çünki ancaq Allah özü haqqında mütləq məlumata malikdir. Kərim olan Allah özü haqqında Quranda belə deyir: “Allah göyləri və yeri Yaradandır. O sizin üçün özünüzdən zövcələr, heyvanlardan da cütlər yaratdı. O sizi bu yolla çoxaldır. Onun heç bir bənzəri yoxdur. O, Eşidəndir, Görəndir” (42:11).

Bundan əlavə, insanların üzləşdikləri zaman və məkan məhdudiyyəti kimi problemlər Əziz və Cabbar olan Allahla aid deyil. Belə ki, insanlar müəyyən zaman və məkana istinad etmədən heç bir hadisəni təsvir edə və ya xatırlaya bilməzlər. Bu, tək-cə hadisələrə deyil, bütün təc-rübələrə aiddir. Məsələn, bildiyiniz, gördüyünüz heyvana oxşamayan hər hansı bir heyvanı təsəvvür edin və ya gördüyünüz rənglərdən daha fərqli rənglər fikirləşin. Nə qədər cəhd etsəniz də haqqında bildiyiniz, gördüyünüz heyvanı fikirləşmədən, onunla müqayisələr aparmadan yeni bir heyvanı təsəvvür edə bilməzsınız. Ola bilsin ki, düşündüyünüz yeni heyvanın başında qanadları var və ya

qulaqları ayağındadır, amma qanadlar, qulaqlar, ayaqlar artıq sizə məlum olan heyvanların orqanlarıdır. Yəni siz yenə də əvvəlki təcrübələrdən istifadə edirsiniz. Həmçinin insanlar müəyyən dalğa və titrəyişlər tezliyində eşidir və hiss edirlər ki, bu məsələdə bir çox heyvan və quşlar insanlarla müqayisədə üstünlüklərə malikdir.

Əvvəlki hissələrdə də qeyd edildiyi kimi, insanlar hələ də beyin və sinir sistemi haqqında dolğun məlumatlara sahib deyillər. Ağıl, ruh və psixika haqqında dəqiq məlumatlar yoxdur və bunlar hələ də tapılmamış xəzinədir. Əgər insanlar hələ də müasir dünyada qeyd edilən anlayışlarla bağlı məsələləri həll edib bu məhdudiyyəti aşma bilmirlərsə, onda Allah haqqında təfəkkür etməyə necə cürət edə bilirlər? Allah özü haqqında böyük bir həqiqəti qullarının nəzərinə çatdırır: “Gözlər Onu dərk etmir. O isə gözləri dərk edir. O, Lətifdir, hər şeydən Xəbərdardır” (6:103). Allah məkan və zamandan münəzzəhdir (bu qüsür və nöqsandan uzaqdır). Yeri, göyləri, zamanı Cəmil Allah yaratmışdır. İbn Məsud demişdir: “Qadir Allah üçün gecə-gündüz anlayışı yoxdur. Göylər və yer onun nurundan pay alır, işıqlanır... Bağışlayan Allah qiyamət günündə sorğu-suala başlayanda dünya onun nuruna bələnəcək” (1). Alimlərə görə, Allah insanların düşündüklərindən tamamilə fərqlidir. İbn Abbas rəvayət edir: “Bəzi insanlar Allahın özü haqqında təfəkkür etmək istədikdə peyğəmbər onlara belə dedi: “Allahın yaratdıqları haqqında təfəkkür edin, çünki sizlər heç vaxt Allah haqqında düzgün təsəvvür yarada bilməzsiniz” (2). Əl-Qəzzali öz şeirində bu məqamı çox gözəl ifadə etmişdir (tərcümə sətridir):

Sözlərimi dərk edənlərə deyin:

Konkretlik lazımdır, cavab çox uzundur.

Buradakı sirr bir çox insanın

təfəkkür sərhədlərindən daha uzaqdır  
Ruhun mahiyyəti nədir?  
Bunu dərk edə bilərsiniz  
və ya ruhun necə hərəkət etdiyini qavrayırsınız?  
Nəfəs almağınızı saya bilərsiniz?  
Xeyr! Siz buna nail ola bilməzsınız.  
Bəs ağıl haradadır?  
Siz yuxuya gedəndə  
kim bunun qayğısına qalır?  
Cavab verin, ey cahillər!  
Siz çörəyi yeyirsiniz, amma bilmirsiniz necə...  
Heç sidiyin necə ifraz olunduğunu da bilmirsiniz!  
Əgər siz öz orqanlarınız haqqında fikirləşmirsənizsə,  
Vahid olan Allahı,  
öz taxtında olan Rəhmanı necə dərk edəcəksiniz?  
Dünya necə yarandı? Allah necə danışır?  
Allah necə görür?  
Soruşmayın belə suallar, soruşmayın!  
Qulaq asın mənə.  
Bunlar boş cəhdlərdir.  
Allah hər yerdədir, tək yaradandır.  
Çünki Allah hər şeyin tək sahibidir.  
Bütün "necələrin" necə olmasını ancaq o bilir.  
Allah sizin bütün sözlərinizdən daha alidir.  
Bütün gözəlliklər onun xüsusiyyətidir (3).

Allahın zati sifətləri və xüsusiyyətləri də onun varlığı ilə eyni mahiyyətdədir. Uca Allahın ilahi mahiyyəti və xüsusiyyətləri ancaq özü tərəfindən dərk edilə bilər. Bununla belə, imanlı şəxslər xüsusiyyətləri qiymətləndirə bilər və bu da onlara təqvanın dərəcəsinə görə Rəhim olan Allaha daha yaxın olmaları üçün kömək edir. İbn Abbas belə demişdir: "Qüdrətli Allah onun xüsusiyyətləri, xüsusiyyətlər

isə onun əməlləri ilə məna qazanır. Böyüklük, əzəmətlilik kimi epitetlərlə ifadə olunan bu xüsusiyyətlərin mükəmməlliyi ilə Allahın ilahi gözəlliyini necə hiss edirsiniz?" (4).

İnsanlara bəxş edilmiş duyğu orqanları və ağılın məhdud imkanları Allahın ilahi mövcudluğunun tam mənası ilə dərk edilməsi üçün kifayət etmir. Müsəlmanlara Allahla bağlı təfəkkür etmək qadağan edilirsə, bəs niyə onların görünməz hesab edilən və dünyadakı hadisələr kontekstində izahı mümkün olmayan ölüm, bərzəx aləmi, axirət dünyası haqqında təfəkkür etmələri məqbul əməllərdən hesab edilir? Bu suala belə cavab vermək olar: Qeyd edilən anlayışlarda bu dünyada dərk edilməsi çətin olan bəzi elementlər əks olunsada, onlar Allahın yaratdığıdır. Onların bu dünya ilə oxşarlıqları mövcuddur. Məsələn, yuxunun, qarabasmaların və gözəl rüyaların sirri haqqında düşünən insan ölümü, qəbiri və bərzəx aləmini də təsəvvür edə bilər. Buna bənzər belə bir nümunə vermək olar: İnsanların qaranlıq embrion mərhələsində qalmaları haqqında təfəkkür edənlər bu proseslə onların doğulmasından sonrakı həyatları arasında müqayisə apara bilərlər. Hətta bu dünyanın materialist qandalından ölüm vasitəsilə azad olunduqdan sonrakı sonsuz həyat haqqında da müəyyən anlayış formalaşdırmaq mümkündür. Ana bətnindəki dölə günəş, ay, çaylar, ağaclar və meyvələr haqqında danışmaq mümkün olsaydı, o, dünya haqqında təsəvvür formalaşdırma bilməzdi. Çünki döl ancaq qaranlıq dünya haqqında təsəvvürə malikdir. Ana bətnində dölün yemək, içmək və nəfəs almağa ehtiyacı yoxdur, çünki ona lazım olan hər şey cift və ya göbək ciyəsi vasitəsilə təmin olunur və bunlar döl üçün çox vacib orqanlarıdır. Bu orqanlar dölün ananın bədənində mövcud olan hazır maye qida landırıncılar və oksigenlə təmin edir, karbon dioksid və digər zərərli maddələri xaric edir. Sonra isə doğuş prosesi

baş verir. Artıq öz funksiyasını başa vurmuş göbək ciyəsi kəsilib atılır və basdırılır. Heç kim bu orqanlar haqqında düşünmür və heç bir şair bunların “qəbrinin” üstündə mərsiyə demir!

Bizim dünyamız da nəhəng ana bətni kimidir və burada göbək ciyəsi rolunu bədən oynayır. Ölüm vaxtı yetişdikdə isə ruh həyatın bir sonrakı mərhələsinə, yəni bərzəx aləminə keçir. Yeni aləm bu dünya ilə müqayisədə o qədər böyük, o qədər mürəkkəbdir ki, ruh artıq bədənə ehtiyac hiss etmir — bunu yeni doğulan uşağın göbək ciyəsinə ehtiyacının olmaması ilə müqayisə etmək olar — və ruhsuz bədən basdırılır. Beləliklə, insanlar roket kimi bir mərhələdən digər mərhələyə keçir. Bu keçid dövrünün hər mərhələsində yanacaqları qurtarandan sonra daha sürətli getmək üçün artıq cisimlər atılır, roket daha az çəki və daha çox enerji ilə irəli şığıyır. Bu proses bizə “Yaşayan insanlar yuxudadırlar, onlar öləndə yuxudan ayılırlar” deyimini və “Oyaq olmaq yuxuda olmaq kimidir, ölmək yuxudan oyanmaq deməkdir və bu iki mərhələ arasında insanlar hərəkət edən kölgələrdir” ərəb atalar sözünü xatırladır.

Əbu Həmid Əl-Qəzzali məşhur əsəri “İhya Ülum əd-Din”də ana bətnindəki dölü bu dünya, ölümdən sonrakı həyat və axirət dünyası ilə müqayisə aparmaq üçün mükəmməl bir nümunə kimi göstərmişdir. Bu bənzətmə insanlara qiyamət günündən sonrakı həyat barədə təfəkkür etmək üçün ilham verir. Qəzzali yazır: “İnsan iki dəfə doğulur: Birincisi, atanın toxumunun (kişi tənəsül hüceyrəsinin) ananın bətninə (uşaqlıq yoluna) düşməsidir və həmin toxum müəyyən edilmiş müddətdə sabit şəkildə orada qalır. Sonrakı mərhələlərdə bu toxum laxtalanmış qana çevrilir, laxtalanmış qan isə bir parça ət halına gəlir. İkinci doğuluş isə müəyyən bir vaxtdan sonra uşağın

dar ana bətnindən xilas olaraq dünyaya gəlməsidir. İkinci doğulma ilə birincisi arasındakı nisbət bu dünya ilə ana bətni arasında olan nisbətə bərabərdir. Ölümdən sonrakı əbədi həyatla fani dünya arasındakı nisbət bu dünya ilə ana bətni arasındakı nisbətlə eynidir, hətta daha böyükdür” (5). Həmçinin cənnət səadəti, meyvələri, oranın axan çayları, bulaqları və gözəllikləri ilə bu fani dünyada bənzərliklər tapmaq olar. Təbii ki, bu dünyadakılar cənnətdəki nemətlərlə müqayisədə çox cılız qalır. Bir səhih hədisə görə, peyğəmbərin belə dediyi rəvayət olunur: “Allah deyir: “Mən saleh qullarım üçün heç bir gözün görmədiyi, heç bir qulağın eşitmədiyi və heç bir insan ağlının düşünmədiyi cənnət yaratdım” (6). Bununla belə, cənnətlə bu dünya arasında oxşarlıqların olması haqqında da məlumat verilmişdir. Quranda qeyd olunur ki, əməlisalehlər cənnətə girdikdə onlara təqdim olunacaq meyvələrin bu dünyadakı meyvələrlə eyni olduğunu deyəcəklər. Təbii ki, cənnətdəki meyvələr daha dadlı, daha yaxşı olacaq. Onların həyat yoldaşları daha gözəl və münasibətləri daha xoş olacaq: “İman gətirib saleh əməllər edənlərə müjdə ver ki, onlardan ötrü ağacları altından çaylar axan cənnət bağları vardır. Hər dəfə onun meyvələrindən onlara ruzi verildikcə: “Bu ki, əvvəlcə dünyada bizə verilən ruzidir!” – deyəcəklər. Halbuki onlara dünyadakının oxşarı veriləcəkdir. Onlardan ötrü orada pak zövcələr var və onlar orada əbədi qalacaqlar” (2:25).

Bu cür bənzərliklər bir daha təsdiq edir ki, insanların cənnət həyatını təsəvvür etmələri tam mənası ilə mümkün olmasa da, müsəlmanların qiyamətdən sonrakı həyatda onlara təqdim olunacaq nemətlərlə bağlı təfəkkür etmə imkanları var. Bunlar cəhənnəm əzabı üçün də deyilə bilər. Bu dünyada atəş insanların bədənini yandırır və sifətlərinin formasını dəyişir. Dünyada təsəvvür edilə

biləcək ən ağır cəzalardan biridir. Məhz buna görə imanlı şəxslərin böyük əksəriyyəti atəş alovları görən kimi qorxu hissinə qapılırlar. Çünki cəhənnəm əzabını xatırlayırlar. Əhməd ibn Hənbəl "Kitab Əl-Zühd" ("Zahidlik kitabı") adlı əsərində yazır: "Bir gün İbn Məsud və Əl-Rabi ibn Xeysem Fərat çayının sahilində gəzirdilər. Əl-Rabi bir dəmirçinin ocaqda dəmiri qızdırmasını görüb cəhənnəm atəşini xatırladı və qorxudan huşunu itirib yerə sərilirdi. İbn Məsud onu evə aparmalı oldu və Əl-Rabi günorta saatlarından səhər dan yeri sökülənə qədər huşsuz vəziyyətdə uzanıb qaldı" (7). Bu emosional reaksiya onun psixoloji vəziyyəti üçün həddən artıq dözülməz olsa da, Əl-Rabi koqnitiv vəziyyətinə uyğun olaraq reallığı yaddan çıxarmaq istəməmişdir. Bu epizod aydın şəkildə göstərir ki, imanlı şəxslər bu dünyadakı atəşdən fərqli olsa da, cəhənnəm atəşini, əzabını xatırlayıb təfəkkür edə bilirlər. Peyğəmbər cəhənnəm atəşini belə izah edir: "Cəhənnəm atəşi min illər yandıqdan sonra qızardı, sonra min il daha yandıqdan sonra ağ rəngə döndü və min il daha yandıqdan sonra qapqara oldu" (8).

İbn Abbasın belə dediyi rəvayət olunur: "Cəhənnəm ağacı zəqqumdan bir dilim alov bu dünyaya toxunsa, Yer kürəsi və burada yaşayan bütün canlılar qısa zamanda məhv olurlar" (9).

İslamın ilk illərində və eləcə də müasir dövrdə yaşayan müsəlman alimləri və imanlı şəxslərin bir qismi ölüm, bərzəx və axirət dünyası ilə bağlı düşüncələrini, meditasiyalarını və təcrübələrini qələmə almışlar. Bunların arasında "Kitab Əl-Tavahhüm" ("Təxəyyül kitabı") adlı kitabın müəllifi Əl-Hərisi Əl-Mühasibi də var. O, ölümün qaçılmaz olduğunu, cəhənnəm əzabını, onun verdiyi qorxunu və cənnət nemətlərini təsvir edir. Müəllif transsedental mənzərələr yaratmaq, bunlar haqqında təfəkkür etmək və

bu anlayışları mükəmməl izah etməklə oxucularda lazımi təsəvvür yaratmağa nail olur. Əl-Mühasibi ölümü və yenidən dirilməni belə izah edir: “Öldüyünüzü, qiyamət günündə Allahın qarşısına çıxana kimi dirilməyəcəyinizi təsəvvür edin. Həmçinin ölüm əsnasında başınıza gələnləri də təsəvvür edin. Bu zaman ölüm mələyi sizin ruhunuzu ayağınızdan çıxarmaqla almağa başlayır və dəhşətli ağrılardan əziyyət çəkirsiniz. Mələk bütün ruhunuzu qəbz edir (alır) və ruhunuz göyə doğru qalxır. Artıq ölümün ağrısını, əziyyətini bədəninizin hər tərəfində hiss edirsiniz... Mələyin sifətinə baxırsınız... və onun əlini ağzınıza tərəf uzatdığını, ruhunuzu ağzınızdan çıxardığını görüb bu mənzərədən dəhşətə gəlersiniz... Sonra isə ürəyiniz nigarançılıqla bərk-bərk döyünür və istəyirsiniz ki, bu məzmununda ilahi hökm verilsin: “Sevin, ey Allahın qulu! Onun mükafatına layiq olmusan”. Amma hökmün başqa cür olmasından da qorxursunuz: “Ey Allahın düşməni! Onun qəzəbinə tuş gəlmisən və cəzalandırılacaqsan”. Ölümlə bağlı hazırlıq işləri tamamlandıqdan, göylər və yer öz sakinlərindən təmizləndikdən sonra heç bir şey eşidilməyəcək, qüdrətli Allahdan başqa heç kim görünməyəcək. Sonra isə bütün məxluqata xitab olunduqda ruhunuza dəhşətli qorxu hakim kəsiləcək. Bu səsi qulaqlarınız və ağlınızla eşidəcəksiniz, sonra isə baş mələyin qarşısına çıxarıldığınızı başa düşəcəksiniz. Bu çağırışdan sonra saçlarınız ağaracaq və ürəyiniz sıxılacaq. Başınızın üstündə yerin açıldığını eşidəcəksiniz, ona görə də qəbir toz-torpağına bulaşmış vəziyyətdə dərhal ayağa qalxacaqsınız. Sizinlə birlikdə ayağa qalxmış və toz, kir içində olan bütün digər insanlarla birlikdə səsin gəldiyi tərəfə hərəkət edəcəksiniz. Onların necə qorxdüğünü, dəhşətə gəldiyini hiss edəcəksiniz... Bütün insanlar ayaqları yalın, çılpaq və qorxu içində hərəkət edəcəklər. Ayaqlarını sürüyə-sürü-

yə hərəkət edən insanların çıxardqları səsdən başqa heç nə eşitməyəcəksiniz... Yer üzündə kral, hakim, hökmdar olanların heç bir üstünlüyü qalmayacaq. Onlar vaxtilə öz ərazilərində Allahın qulları üzərində tiranlıq edənlərdir. Həmin gün isə digər insanlar arasında ən çox qorxub rüsvay olacaqlar. Yer üzərində yaşayan insanlar, cinlər, vəhşi heyvanlar, davarlar və milçəklər də daxil olmaqla bütün canlılar sorğu-sual olunmaq üçün bir araya toplaşacaqlar. Sonra onların başı üstündəki ulduzlar səpələnəcək, günəş və ay tutulacaq, hər yer qaranlığa qərq olacaq. Bütün məxluqat dəhşət içində, sarsılmış vəziyyətdə gözləyərkən səma fırlanacaq. Siz bu dəhşətli mənzərəyə şahidlik edərkən səma böyük dərinlikdə iki yerə ayrılacaq... Aman Allah! Bu səsin qulaqlarınızda əks olunması necə də dəhşətlidir! Sonra isə səma hissələrə parçalanacaq və qiyamət gününün qorxusundan tir-tir titrəyən mələklər Qadir Allahın bunu maye gümüş halına gələndə qədər əritməsinə şahid olmaq üçün öz yerlərində gözləyəcəklər. Bu mənzərə Quranda belə izah olunur: “Göy yarılib dağ edilmiş yağ, yaxud ərinmiş qurğuşun kimi qıpqırmızı olacaqdır” (55:37). Sonra isə əməl dəftərləri sağ-sol istiqamətlərdə uçmağa başlayacaq və əməl tərəziləri qurulacaq. Bu ərafədə siz həyəcanla əməl dəftərinizin tərəzinin hansı gözünə qoyulacağını gözləyəcəksiniz: sola, yoxsa sağa... Siz gözləyəndə baş mələyin qullara irəli hərəkət etmək əmri verdiyini görəcəksiniz. Həmin insanlar dəmir kürək və yaba ilə yaxınlaşacaqlar... Onları gördükdə yenidən dəhşət sizi bürüyəcək. Sonra hər kəsin qarşısında öz adınızı eşidəcəksiniz: “Filankəs haradadır?” Məhz bu məqamda özünüzü qorxudan tir-tir əsərkən təsəvvür edin... Qabağa hərəkət etdikcə mərhəmətli Allahın taxtına gətirilib buraxılana qədər qaba əllərin əlinizi tutduğunu və bərk-bərk sıxdığını təsəvvür edin... Qadir Allah sonsuz əzəməti və

böyüklüyü ilə sizə müraciət edir: “Ey Adəm oğlu, yaxın gəl”. Qadir, Rəhman və bağışlayan Allahın hüzurunda olarkən onun sonsuz nurunun parlaqlığından özünüzü itirəcəksiniz. Ürəyiniz qəm yuvasına dönəcək... və özünüzü yeni doğulmuş uşaq kimi hiss edəcəksiniz... Sizə qarşı həmişə mərhəmətli olan Allahın hüzurunda xəcalət hissi keçirəcəksiniz. Allah sizdən törətdiyiniz pis əməllər və cinayətlər haqqında soruşduqda ona necə cavab verəcəksiniz?” (10).

Əl-Mühasibinin yazdıqları bir müsəlman aliminin ölüm və axirətlə bağlı təfəkkür etməsidir. Qiyamət günü haqqında yazan alimlərdən biri də Seyyid Qütbdür. Onun bu haqda fikirləri maraqlıdır. Allah Təkvir surəsində buyurur: “Günəş tamamilə sarınıb büküləcəyi (sönəcəyi) zaman, ulduzlar solub sönəcəyi və səpələnəcəyi zaman, dağlar hərəkətə gətiriləcəyi zaman, on aylıq boğaz dəvələr başlı-başına qalacaqları zaman, vəhşi heyvanlar bir yerə toplanılacağı zaman, dənizlər alovlanacağı zaman, hər kəs öz tayına qovuşdurulacağı zaman, diri-diri torpağa basdırılmış qız uşağı soruşulacağı zaman – hansı günaha görə öldürülmüşdür; səhifələr açılacağı zaman, göy qopardılacağı zaman, Cəhənnəm alovlandırılacağı zaman və Cənnət möminlərə yaxınlaşdırılacağı zaman hər kəs bu gün üçün özünə nə tədarük etdiyini biləcəkdir” (81:1-14). Seyyid Qütb yuxarıdakı ayələri belə şərh edir: “Bu ayələri oxuduqdan sonra insanın gözləri qarşısında bütün kainatın məhv olduğu və böyük çevrilişin baş verdiyi mənzərə canlanır. Gizli saxlanılan hər şey aşkara çıxır. Hər insanın etdiyi əməllərin hesabını verməsi və sorğu-sual olunması üçün onun hər bir hərəkəti yadına salınır.

Ayələr onu ifadə edir ki, kainatın indiki vəziyyəti, mükəmməl ahəng, səma cisimlərinin hərəkəti, tənzimlənən əlaqələrdən əsər-əlamət qalmayacaq. Kainatdakı hər

şey öz funksiyasını yerinə yetirmiş hesab olunacaq. Bütün yaradılanlar bu dünyada bizə məlum olanlardan fərqli bir müstəvidə Allah tərəfindən əvvəldən müəyyən edilmiş yeni mərhələyə qədəm qoyacaqlar.

Təkvir surəsi insanların beyinlərində qiyamət günü ilə bağlı heç bir sual işarəsinin olmamasını təmin etmək, qəlb-lərinə qorxu hissi salmaq məqsədi daşıyır. Beləliklə, insanlar bu fani dünyaya o qədər də əhəmiyyət verməməli, burada dəyərli və həmişə mövcud olacağını hesab etdikləri zənginliklərin bir heçə çevrilə biləcəyini dərk etməlidirlər. İnsanların qəlbləri və ağılları arasında bütün dəyişikliklər və qeyb olmalar fonunda dəyişməyən və qeyb olmayan Baqi Allah və daimi həqiqətlə bağlı güclü əlaqə yaradılmalıdır. İnsanlar bu həyatla bağlı sabit fikirlər qandalından yaxa qurtarmalı, zaman, məkan, məhdudiyyət, müvəqqəti standartlar kontekstində nəzərə alınmayan sonsuz və mütləq həqiqəti dərk etməlidirlər.

Qiyamət günündə konkret olaraq nələrin baş verəcəyini yalnız Allah bilir. Biz ancaq izah edilənlər çərçivəsində təfəkkür edə bilərik. Əgər biz bu dünyada baş verəcək dəhşətli hadisələr, fəlakətlər haqqında düşünsək, ağılımıza ancaq güclü zəlzələlər, vulkanların qəflətən püskürməsi və ya böyük partlayışlara səbəb olan bombaların düşməsindən başqa heç nə gəlməz. Suyun törətdiyi fəsadlar haqqında danışdıqda biz ilk olaraq daşqınları qeyd edirik. Bu dünyada ən güclü, dağıdıcı hadisələr bizdən milyonlarla mil uzaqlıqda olan Günəşdə baş verən partlayışlarla müqayisədə çox kiçik miqyasdadır. Bütün bu hadisələr nə qədər böyük, dağıdıcı, qorxuducu görünsə də, qiyamət günündə baş verəcək hadisələrlə zərrə qədər də müqayisə oluna bilməz. Bu dünyadakı hadisələr sadəcə uşaqların oynadıqları təhlükəsiz oyunlar kimi nəzərə alın bilər. Qiyamət günündə nələrin baş verəcəyini bilmək istəyiriksə,

onda bu dünyada baş verməsi mümkün olan hadisələrin miqyası ilə müqayisə aparmaqla müəyyən təsəvvür yaratmaq olar.

Günəşin sönməsi bu səma cisminin istilik verməyəcəyi və minlərlə mil uzaqlığa hərarət verən şüalarının kəsərinin qalmayacağı mənasına gəlir. O, hal-hazırda maksimum 12000 dərəcəyə çatmaqla həddən artıq isti olan qaz formasındadır. Günəşin sönməsini yer səthinin buz bağlaması ilə əlaqələndirsək, belə çıxır ki, bu səma cismi də buza çevriləcək.

Bu, haqqında danışdığımız surənin ilk ayəsində yatan gizli mənadır. Amma ola bilsin ki, bu ayəni başqa cür də yozmaq olar. Bu prosesin necə olacağını və ya bu hadisənin baş verməsinə nəyin səbəb olacağını ancaq Allah bilir.

Ulduzların sönüb səpələnməsi öz parıltılarını, parlaqlıqlarını itirməsi və onların bir yerdə olmasını təmin edən sistemdən uzaq düşmələri mənasına gəlir. Bu hadisənin hansı ulduzlara təsir edəcəyini ancaq Allah bilir. Bunlar ancaq qalaktikamızın ulduzları da ola bilər. Çünki kainatda sonsuz sayda qalaktikaların mövcud olması elmdə sübut olunmuşdur.

Dağların hərəkətə gətirilməsi böyük ehtimal onların dağıdılıb havaya sovrulması mənasına gəlir. Çünki bu haqda başqa ayələrdə də məlumatlar var: “Səndən dağlar haqqında soruşurlar. De: “Rəbbim onları dağıdıb havaya sovruracaq” (20:105). Başqa bir ayədə belə deyilir: “Dağlar parça-parça olub ovxalandığı...” (56:5). Bu ayədə də eyni fikir təkrar olunur: “Dağlar da hərəkətə gətirilib ilğıma çevriləcək” (78:20). Bütün bu ayələrdə dağların eyni hadisə nəticəsində dağıdılmasından və havaya sovrulmasından bəhs olunur. Ola bilsin ki, bu hadisə yeri dəhşətli şəkildə tərpədən və Zəlzələ surəsində bəhs edilən zəlzələnin başlaması ilə müşahidə olunacaq: “Yer titrəyib lərzəyə

gələcəyi zaman; Yer öz yükünü bayıra atacağı” (99:1–2). Bütün bu hadisələr qiyamət günündə baş verəcək.

“On aylıq boğaz dövələr başlı-başına qalacaqları zaman...” Ərəb dilindəki izahdan aydın olur ki, dövələr on aylıq boğazdırlar. Bu vəziyyətdə olan dövələr ərəblər üçün ən dəyərli əmlak hesab edilir, çünki onlar tezliklə mülkiyyət siyahısına yeni bir dəvə əlavə edirlər. Bala dəvədən əlavə ərəblər ailələrinin südə olan ehtiyacını da qarşılımış olurlar. Amma bu cür dəyərli dövələr qiyamət günündə başlı-başına buraxılacaqlar və heç kim onlarla maraqlanmayacaq. Bu ayə ilk dəfə ərəblərə müraciət olunub və onlar ən təhlükəli məqamlar istisna olmaqla həmin vaxta kimi bu vəziyyətdə olan dövələri başlı-başına buraxmayıblar.

“Vəhşi heyvanlar bir yerə toplanılacağı zaman...” Baş verən hadisə o qədər qorxulu olacaq ki, cəngəllikdəki vəhşi heyvanlar bir yerə toplanacaqlar. Bütün heyvanlar düşmənlərini yaddan çıxararaq hansı istiqamətə olduqlarını da bilmədən birlikdə hərəkət edəcəklər. Həmin vaxt heç bir heyvan öz ovunun dalınca düşməyəcək. Qiyamət gününün dəhşəti heyvanların vərdişlərini, xarakterini dəyişəcəksə, görəsən, insanlar nə edəcək?

“Dənizlər alovlanacağı zaman...” Ərəb dilində istifadə olunan orijinal söz dənizlərdə su səviyyəsinin artması mənasına gələ bilər. Digər tərəfdən zəlzələ və vulkan nəticəsində dənizləri ayıran heç bir sərhəd qalmayacağı üçün dəniz suları qarışa bilər. Ərəb dilindəki söz partlayışın baş verməsi nəticəsində dənizlərin alovlanması mənasına da gəlir. Buna Quranın başqa surəsində də rast gəlirik: “Okeanlar alovlanıb partlayacağı zaman...” (82:3). Partlayış suyun əmələ gəlməsinə səbəb olan oksigen və hidrogenin ayrılması nəticəsində baş verə bilər. Bu, atom partlayışı kimi ola bilər. Hidrogen və atom bombasında

məhdud sayda atomların səbəb olduğu partlayışlara əyani nümunələr mövcuddur. Bunu nəzərə aldıqda okeanlarda baş verəcək partlayışları — bunun necə olması əhəmiyyətli deyil — təsəvvür etdikdə belə, insanların tükləri biz-biz durur. Həmçinin bu okeanlardan daha qorxulu olan cəhənnəm reallığını da tam mənası ilə dərk edə bilmirik.

“Hər kəs öz tayına qovuşdurulacağı zaman....” Bu, bədən və ruhun qiyamət günündə qovuşması mənasına gələ bilər. Həmçinin Quranın başqa bir ayəsindəki mənaya uyğun olaraq qruplaşmaq mənasını da ehtiva edə bilər: “Siz üç qrupa ayrılacaqsınız” (56:7). Bu qruplar elit insanlar, sağ və sol tərəfin insanları kimi səciyyələndirilir” (11).

Bu dünya və eləcə də axirətlə bağlı təfəkkür etməyin əhəmiyyəti haqqında bu qədər izah kifayət edir. Allah-dan və Onun yaratdıqlarından başqa bu kainatda heç nə mövcud deyil. Möminlərə Allah haqqında təfəkkür etmək qadağan olunsaydı da, başqa hər şey haqqında təfəkkür edə bilərlər.

## YEDDİNCİ FƏSİL

### Fərdlər səviyyəsində təfəkkür

Təfəkkür və meditasiyanın müxtəlif dərəcələri mövcuddurmu? Əgər belə dərəcələr mövcuddursa, təfəkkür edən şəxsin çatdığı dərəcə və onun etdiyi cəhdlər mütənasibdirmi? Bu nöqtəyi-nəzərdən fərdlər arasında fərqlər varmı? Bəzi predmetlər, əşyalar haqqında təfəkkür etmək digərləri ilə müqayisədə asandır mı? İnsan ağılı bu suallara cavab vermək iqtidarında deyil. Bununla belə, bu mövzular ən azı doqquz fərqli kateqoriya altında əlaqələndirilə və izah edilə bilər. Aşağıda bu mövzular haqqında daha geniş məlumat veriləcək.

#### İmanın dərinliyi

Düşüncənin dərinliyi, təfəkkür və meditasiyanın dərəcəsi ilk növbədə imanın dərinliyi və fərdlərin Allaha yaxın olmaları ilə əlaqəlidir. Möminlərin imanı nə qədər güclü olsa, Allah və yaratdıqları haqqında təfəkkür etmə dərəcələri bir o qədər yüksək olur. Bu prosesdə onların Allah sevgisi artır və onun yaratdıqlarını daha yüksək qiymətləndirirlər. Amma bu məsələ subyektiv xarakter daşıyır, yalnız Allaha və möminlərin özlərinə məlumdur.

Daha əvvəl də yazdığım kimi, təfəkkür prosesi üçün bu mərhələlər zəruridir: qavrama-koqnitiv mərhələsi, yaradılışdakı gözəlliyi və dəqiqliyi qiymətləndirmə mərhələsi və Allaha şükür etmə mərhələsi. Hər hansı fərdin Allaha olan sevgisi çox və imanı dərin olarsa, Allahdan həddən artıq

çox qorxar. Təbii ki, bu insanların yer və göylər haqqında təfəkkür və meditasiya etmələri də imanları ilə uyğunluq təşkil edir. Möminlər bu cür yüksək mənəvi və emosional vəziyyətdə təfəkkür və meditasiya etməyi davam etdirdikdə isə koqnitiv mərhələni tamamlayaraq ikinci və üçüncü mərhələ ortasındakı səviyyəyə nail olurlar. Bu səviyyə onların idrak və təfəkkür prosesləri arasında “manevr etməsi” kimi səciyyələndirilə bilər. Bunun nəticəsində vəcdə gələn möminlər bəzən bu vəziyyətə psixoloji baxımdan tab gətirə bilmirlər.

Möminlərin həqiqi mənada təfəkkür etmələrinə çox nümunə göstərmək olar. Əslində, bir insan təfəkkür etməyə sakit vəziyyətdə başlayır, müəyyən vaxtdan sonra isə dərin düşüncələrə qərq olub təfəkkür etdiyi üçün ətrafından xəbəri olmur. Məsələn, Əl-Qəzzali “İhya Ülm əd-Din”də yazır: “Bir gecə Davud Əl-Tai göylərin və yerin möhtəşəmliyi, əzəməti haqqında təfəkkür etmək üçün evinin damına çıxır. Amma səmaya baxaraq və ağlayaraq təfəkkür edib elə vəcdə gəlir ki, xəbəri olmadan qonşunun həyətinə yığılır. Qonşusu dərhal yataqdan sıçrayır və evə oğrunun girdiyini düşünərək qılıncını götürüb həyətdə çıxır. Qonşusu Davud Əl-Taini tanıyır və onu kimin damdan itələyib yıxdığını soruşur. Davudun cavabı isə belə olur: “Allaha and olsun ki, mən bunun fərqində olmamışam” (1).

### Fikri uzun müddət bir yerə cəmləmək qabiliyyəti

Möminlərin şəxsiyyəti ilə bağlı ikinci faktor onların yorulmadan və bezmədən fikirlərini cəmləyə bilmək qabiliyyətidir. Bu, Allahın bizə bəxş etdiyi sinir sistemi ilə əlaqəlidir. Bu mövzuda bir çox araşdırmalar aparılmış, təcrübələr keçirilmiş və insanların səbirli şəkildə fikirlə-

rini cəm etmək qabiliyyətlərində fərqlər müşahidə edilmişdir. Bu cür psixoloji araşdırmalara sosial və assosial insanlar cəlb olunmuşdur. Nəticədə məlum olmuşdur ki, fikri cəmləmək gücü insanların sinir sistemindəki bioloji əsaslarla, yəni retikulyar formasiya ilə əlaqəlidir. Retikulyar formasiya beyin sistemində yerləşir və beyinin mərkəzinə gedən sinir siqnallarının və impulslarının nəzarətini həyata keçirən “qapı” rolunu oynayır.

İçinə qapalı olan insanlarda retikulyar formasiya müxtəlif orqanlar tərəfindən beyinə göndərilən sinir siqnallarını gücləndirir. Nəticədə bu cür insanlar fikirlərini uzun müddət cəm edə bilirlər. Onlar ətraflarında olan çox cüzi stimullarla kifayətlənir və ona görə də tənhalığa üstünlük verərək içlərinə qapalı olurlar. Bu qrupa daxil olanlar, adətən, yüksək səs və çılğın musiqini, eləcə də parlaq rəngləri sevmirlər. Onlar fəaliyyətlərində digər insanlarla münasibətdən yayınmağa üstünlük verir və kitab oxumağı, bağda gəzməyi sevirlər. Bu xarakterdə olan insanlar bezmədən hər gün eyni işləri görür və həyatları ilə bağlı ehtiyatla plan qurur və az danışmağa, sakitliyə üstünlük verirlər. Hətta sayı çox az olan ən yaxın dostları istisna olmaqla sirlərini heç kimə açmırlar. Onlar nadir hallarda emosiyalarını büruzə verir, qəzəbli, aqressiv və ani hərəkət edirlər. Keçirilən təcrübələr nəticəsində təsdiq olunmuşdur ki, içinə qapalı insanlar uzun müddət fikrin cəmlənməsi tələb olunan işləri görə bilir və nadir hallarda yorğunluq nümayiş etdirirlər. Ona görə də bu cür insanların uzun müddət koqnitiv fəaliyyətlərə cəlb olunmasını ümid edə bilərik. Əgər bu cür insanlar arasında imanlı möminlər olarsa, onlar digər insanlarla müqayisədə daha uzun müddətdə Allahın yaratdıqları ilə bağlı təfəkkür edə bilirlər.

Ünsiyyətçil və adamlar arasında olmağı sevən insanların sinir sistemlərində retikulyar formasiya beyinin mərkəzinə göndərilən sinir siqnallarını zəiflədir. Bu tip insanlar əvvəlki qrupa daxil olanlardan fərqli olaraq daha həyəcanlı təcrübələrə üstünlük verirlər. Onlar ictimai yerlərdə toplaşmağı və çox insan arasında olmağı sevirlər, çünki onların fərqli impulslara, məkan dəyişikliklərinə və mütəmadi müşahidələrə çox ehtiyacları var. Həmçinin tək qalması da xoşlamırlar, kitab oxumağın əleyhinədirlər və hər gün eyni fəaliyyətlərdən bezirlər. Tez-tez ev, iş yeri, dost, hətta həyat yoldaşı dəyişirlər. Hisslərini gizli saxlamır və çılgınlıq edirlər. Bu qrupa daxil olan insanlar tez əsəbiləşir, amma başqa insanları tez bağışlayırlar. Onlar uzun müddət diqqət tələb etməyən və təkrar edilən işlərə üstünlük verirlər. Laboratoriya təcrübələri nəticəsində məlum olmuşdur ki, bu cür insanlar üçün qapalı insanlarla müqayisədə müxtəlif əqli və fiziki fəaliyyətlərdə daha çox səhv edirlər (2). Bu insanlar sinir sisteminin vəziyyətinə uyğun olaraq uzun müddətli düşünmə və koqnitiv fəaliyyətlərində səbirsizlik nümayiş etdirirlər.

Biz üçün qapalı şəxslərin ünsiyyətçil insanlarla müqayisədə daha yüksək səviyyədə təfəkkür qabiliyyətinə malik olduqlarını birmənalı şəkildə qəbul edə bilmərik. Belə ki, sinir və psixoloji sistemə uyğun olaraq ünsiyyətçil insanlar möminlərlə ünsiyyət qurmaq və ictimaiyyət qarşısında çıxış etmək kimi fəaliyyətlərdə üçün qapalı insanlardan daha üstün ola bilərlər. Bir çox hallarda bəzi insanlar izah etdiyim heç bir qrupa aid olmasalar da, orta mövqedə dayanırlar.

## Təfəkkür edən insanın intellektual və emosional vəziyyəti

Təfəkkürün dərinliyinə təsir edən üçüncü faktor psixoloji vəziyyətdir. Çünki insan təfəkkür etmək üçün həm fiziki, həm də psixoloji olaraq sakit, stressdən və yorğunluqdan uzaq olmalıdır. Heç şübhə yoxdur ki, təfəkkür prosesinin daha uzun olması üçün sağlamlıq olduqca vacib faktordur. Məlumdur ki, xəstə, həddən artıq yemək yeyən, artıq çəkidən əziyyət çəkən və ya narkotik maddə aludəçisi olan insanlar təfəkkürün daha ali dərəcəsini şərtləndirən mənəvi statusa sahib olmaqda çətinlik çəkirlər. İslam dininin insan sağlamlığına müsbət mənada ciddi təsiri haqqında “QİÇS böhranı: İslamda sosial-mədəni yanaşma” kitabımda geniş yer verdim üçün məsələyə ancaq psixoloji aspektdən yanaşmaq istəyirəm (3).

Gərginlik, narahatlıq, vəsvəsə, ipoxondriya və ya başqa psixoloji problemlərdən əziyyət çəkən müsəlmanların təfəkkür proseslərinin istənilən səviyyədə olacağına ümid azdır. Əsəbi insanlar dərin olmasa da, təfəkkür edə bilirlər, amma psixoz, ruhi xəstə, əqli inkişafın ləngiməsi, demensiya diaqnozları qoyulmuş insanlar bunu etmək iqtidarında deyillər. Göründüyü kimi, normallıq və kəskin psixoz səviyyəsi arasında psixoloji və emosional dərəcələr mövcuddur. Bunlar da təfəkkürün dərəcələrinə fərqli miqyaslarda təsir edir.

Təbii ki, təfəkkür edən möminlər üçün psixoloji narahatlıqlar bədənlərinin hər hansı orqanında müşahidə edilən xəstəliklə müqayisədə daha ciddi problemlərdir. Möminlər xəstəliyi problem kimi görmürlər. Əksinə, onlar bunu dərin meditasiya və təfəkkür üçün real şans, ibadət və zikir üçün mənəvi motivasiya kimi səciyyələndi-

rirlər. Lakin narahatlıq, kədər, stresss və başqa psixioloji gərginliklər təfəkkür üçün lazım olan psixoloji sakitliyin ən böyük düşmənidir. Bunu da deyim ki, peyğəmbər Allahla dua edərkən ondan narahatlıq, tənbəllik, zəiflik və gərginlikdən uzaq olmağı da diləyirdi (4). Psixiatriya və psixologiya sahəsində aparılmış gündəlik təcrübələrdə görürük ki, peyğəmbərin xilas olmaq üçün Allahdan kömək istədiyi bu problemlər narahatlıq və depressiya üçün əsas simptomlardır.

### Mühitlə bağlı faktorlar

Dördüncü faktor möminlərin içində olduqları mühit, gündəlik, dünyəvi problemlər, qayğılar, ehtiyacları həll etmə yolları və bu amillərin təfəkkür prosesinə təsir etməsidir. Məsələn, universitetlərin birində həftədə bir neçə saat Quran təfsiri mövzusunda mühazirə oxuyan, şəfqətli, itaətkar həyat yoldaşı olan və yaşamaq üçün bütün şəraitin təmin edildiyi şəhərdə yaşayan bir müsəlman kişi dərk edir ki, onun yaşadığı mühitdə hər şey təfəkkür və meditasiya üçün motivasiyadır. Hər hansı bir özəl şirkətdə saatlarla fiziki iş görən, vaxtının böyük qismini kommersiya işlərinə və hökumət tenderlərinə ayıran, yorucu işdən sonra isə özü və heç nədən razı qalmayan ailəsi üçün lazım olan ərzaqları və əşyaları almaqdan ötrü marketlərdə və gündəlik məişət əşyalarının satıldığı mağazalarda uzun müddət növbə gözləyən mömin digər müsəlmanla eyni imana, psixoloji vəziyyətə malik olsa da, uzun və dərin təfəkkür üçün vaxt və ya sakitlik tapa bilməz.

## Mədəniyyətin təsiri

İslam dini ilə əlaqəsinin olub-olmamasından asılı olmayaraq bəzi mədəniyyətlərdə uşaq tərbiyə edilərkən ilk vaxtlardan onlara təbii və süni gözəlliklər təlqin olunur. Bu cür mədəniyyətlərdə tərbiyə alan insanlar sonrakı illərdə vaxtlarını gözəl mənzərələrə, portretlərə tamaşa etməkdən zövq almaqla keçirir və bunun üçün böyük miqdarda pul xərcləyirlər. Bəzi cəmiyyətlərdə isə uşaqlara kiçik yaşlarından ancaq qadınların fiziki gözəlliyi, poeziya və yerli musiqinin cazibəsi təlqin olunur.

Çox təəssüf ki, müsəlman cəmiyyətlərinin böyük qismi ikinci kateqoriyaya aiddir. Mən 1930-cu illərdə Xartumda günəşin qürub etməsinə tamaşa etmək üçün ingilislərin isti havada fərqli nəqliyyat vasitələri ilə Ağ Nil körpüsünə getdiklərini çox yaxşı xatırlayıram. Onu da da əlavə edim ki, Xartumda günəşin qürub etməsi əsrarəngiz təbiət hadisəsidir. Xartum təbaşirli suyu olan Ağ Nil və lilli suyu olan Mavi Nil çaylarının qovşağında yerləşir. Gur suları olan bu çaylar qovuşsa da, ağ və mavi suyun ayrıldığı və qarışmadığı zolaq aydın görünür. Bu zolaq sanki bir-birinə qalib gələ bilməyən və eyni gücdə olan ağ və qara dərili güləşçilərin qucaqlaşmasına oxşayır. Günəş geniş mavi səmada qırmızı-narıncı iz buraxaraq qürub edir. Bu ingilislər gözəlliksevər, təbiət vurğunu turistlər deyildilər, onlar Sudanı müstəmləkəyə çevirmək üçün gəlmişdilər. Onların əksəriyyəti hər gün Ağ Nil körpüsünə gəzintiyə çıxırdı və mən sudanlı sadə insanların və taksi sürücülərinin qərblilərin bu hərəkətini necə qərribə qarşıladıklarını xatırlayıram. "Onlar batan günəşdə maraqlı nə görürlər?" deyə sudanlılar kinayə ilə bir-birilərinə sual verərdilər və

əlavə edərdilər: “O qədər pulları var ki, bilmirlər hara xərcləsinlər”.

Bu cür mədəniyyətlərdə təbii gözəlliyi qiymətləndirmək qabiliyyətinə malik olan insanlar bununla bağlı meditasiya edə bilərlər və bu da onların ətrafındakı insanlara qəribə görünə bilər. Maraqlı və qəribə bir hadisə yadıma düşdü. Bu hadisə Mavi Nil çayı sahilində balaca şəhər olan Rufada yaşayan əmim oğlu ilə bağlıdır: “O, bir gün paytaxt Xartuma səyahət etmək üçün çantasını hazırlayır və qrafikdə yazılan vaxtdan gec gələn qatarı gözləyərkən rəngli bir quş onun diqqətini cəlb edir. Bu quş Sudanın həmin hissəsində müşahidə edilən quşlardan çox fərqli idi və telefon xəttinin üstünə qonmuşdu. Əmim oğlu bu quşun gözəlliyindən elə təsirlənir ki, quş uçub başqa yerlərə qonduqca o da quşun dalınca düşür. Quş uzun müddət uçub getdikdən sonra stansiyaya qayıdan əmioğlum çantasının oğurlandığını görür”. Bu hadisə 1960-cı illərin sonunda baş versə də, Rufada yaşayan qohumlarım hələ də bu hadisəni xatırlayıb gülür və həmin əhvalatı “mənasız şeylərə” fikir verməyin fəsadları kimi qiymətləndirirlər.

Ümumi olaraq deyə bilərik ki, təbii gözəlliyin qiymətləndirildiyi cəmiyyətlərdə boya-başa çatan möminlərin uşaqlara həyatın estetik gözəlliklərinin təlqin edilmədiyini mədəniyyətlərdə böyüyən insanlarla müqayisədə daha yaxşı təfəkkür etmə imkanları vardır.

### Möminlərin təfəkkür olunan əşyalar haqda məlumatlı olması

Altıncı faktor insanların təfəkkür etdikləri əşyalar, predmetlər, anlayışlar haqqında məlumatlar və biliklərə malik olub-olmamaları ilə əlaqəlidir. Çünki onlar ətrafında mövcud olan əşyalarla bağlı təfəkkür etməyi üstün

tuturlar. Məsələn, mən səmaya baxıb ancaq onun gözəlliyi, genişliyi və parıldayan ulduzlar haqqında təfəkkür edə bilərəm, amma astronomiya sahəsində mütəxəssis olan möminlər gözləri ilə görə bildikləri və bilmədikləri haqqında da təfəkkür edə bilirlər. Onlar parıldayan, bəq vuran ulduzlara baxdıqda başqa məkanları isidən günəşləri, saniyədə 400 000 mil sürətlə hərəkət edən və milyonlarla işıq ili uzaqlığındakı bürcləri görürlər. Bu sahədə fəaliyyət göstərən alimlər səmaya baxdıqda sözün əsl mənasında kainatın gözəlliyini və bunu yaradan Allahın qüdrətini dərk edirlər. Onlar göylərin genişlənməsini də görürlər və bu proses Quranda da əks olunmuşdur: “Biz göyü qüdrətimizlə yaratdıq və Biz onu genişləndirməkdəyik” (51:47). Mömin alimlər Allahın təkliyini yaradılmış hər şeydə görürlər. Hətta yaradanın tək və bənzərsiz olduğunu kainatda yaradılmış hər şeydə — mövcud olan elektronlarda, protonlarda, atom hissəciklərində müşahidə edə bilirlər. Onlar bunu Eynşteynin nəzəriyyəsində də hiss edirlər. Həmin nəzəriyyəyə əsasən, zaman və məkan bir fiziki xassədə vahid halda olsa da, kütlə və enerji eyni elektromaqnetik fenomenin iki fərqli tərəfi kimi nəzərə alınır. Bizim hamımız eyni dərəcədə imana sahib olsaq da, astronomların biliyi dərin və məlumatı çox olduğu üçün onların təfəkkürləri də geniş olur.

Məşhur fizik Frityof Kapra “Fizika yolu” (“The Tao of Physics”) əsərində bu sahədə mütəxəssis olmasının təfəkkür prosesinə necə təsir etdiyini izah edir: “Bir dəfə yay fəslinin sonlarına yaxın günorta vaxtı okeanın sahilində dayanıb dalğaların sahili vurmasına tamaşa edir və nəfəsimin ritmini belə, hiss edirdim. Qəflətən mənə agah oldu ki, ətrafımdakı bütün təbiət hadisələri nəhəng kosmik rəqs prosesinə cəlb olunmuşdur. Fizik olduğum üçün bildirdim ki, ətrafdakı qum, qaya, su və hava vibrasiya xarakterinə

malik molekulalar və atomdan əmələ gəlmişdir. Bunlar qarşılıqlı əlaqədə olan hissəciklərdən ibarətdir və bunun nəticəsində yeni hissəciklər yaranır və ya dağıdılır... Bütün bunlar mənə yüksək enerji fizikası ilə bağlı araşdırmaların nəticəsində məlum idi. Amma mən dediklərimi həmin vaxta kimi ancaq qrafiklər və ya riyazi nəzəriyyələrdə görmüşdüm... Mən sahilə oturmağım müddətində keçmişdə öyrəndiklərim gözümə canlandı və kosmosdan enerji dalğasının gəldiyinə “şahid oldum”. Hətta elementlərin atomunu “gördüm”, bədənimdəki atomların bu kosmik rəqsə “oynadığını müşahidə etdim” və bu prosesin ritmini hiss edib səsinə eşitdim” (5).

Gözəl dostluq nümunəsi  
və onların təsiri altına düşmə

Peyğəmbərin belə dediyi rəvayət olunur: “İnsan öz dostuna oxşayır, ona görə də dost seçdikdə ehtiyatlı olmaq lazımdır” (6). Dostlara, yoldaşlara gözəl nümunə olmaq və onlara təsir etməklə bağlı təfəssilatlı izahata ehtiyac yoxdur. Bu məsələ dində də izah olunmuşdur və bunu normal həyatdakı hadisələr, müşahidələr və müasir eksperimental sosial psixologiya da təsdiq edir. Dostluq, yoldaşlıq münasibətləri möminlərin təfəkkürünün dərəcəsinə təsir edən əsas faktorlardan biridir. Bu səbəbdən də hər hansı bir müridin öz mənəvi rəhbərindən (şeyxindən) və təqvalı insanlardan öyrənə biləcəyi çox şey olduğu üçün onlarla mütəmadi münasibət də çox vacibdir. Müdrik insanlarla yoldaşlıq, dostluq etdikdə onların mənəvi təsiri insanların dünyagörüşünə böyük təsir edir və təfəkkür qabiliyyətlərini islami müstəvidə inkişaf etdirir.

Daha əvvəl də vurğuladığım kimi, güclü təfəkkür insanların emosional və koqnitiv vəziyyətləri ilə birbaşa

əlaqəlidir. Bunlar mütəmadi olaraq Allahı tərifləmək, ona şükür etmək, yaradanı zikr etmək vərdişləri ilə birləşdikdə möminlərin mənəvi statusunda yüksəlmə hiss olunur. Sonra isə onlar Allahın qüdrətinin, müdrikliyinin və başqa xüsusiyyətlərinin hiss olunduğu səviyyəyə çatırlar. Bu vəziyyəti təsvir edən İbn Əl-Qayyim “Madarij Əl-Salihin” əsərində yazır ki, möminlərin dərinədən və mütəmadi olaraq təfəkkür etmələri nəticəsində onlar üçün ilahi qapı açılır: “...onlar bu qapının arasından qüdrətli Allahı öz taxtında oturub yaratdıqlarına nəzarət edən bir vəziyyətdə görmək ümidilə yuxarı baxırlar. Sonra isə möminlər üçün əbədiyyət qapısı açılır və bu qapıdan baxaraq onlar sadəcə Allahın qüdrət əli ilə mümkün olan böyük dəyişiklikləri müşahidə edirlər. Daha sonra hara baxsalar, Allahın yaratdıqlarına şahid olurlar. Çünki hər şey yaradanın adını, onun hər şeyi mükəmməl yaratdığını pıçıldaıyır. Allahın yaratdığı hər şey möminlərə onun təkliliyini, varlığını xatırladır. Sanki hər bir əşya möminlərə xitab edir: “Mən şahidlik edirəm ki, mənə ən mükəmməl şəkildə Allah yaradıb. Mən hər şeyin ən yaxşısını bilən Allahın əsəriyəm”. Bu hadisə baş verdikdə möminlərin ürəklərində Allah sevgisindən başqa heç nə qalmır. Bilik, həqiqət, səmimiyyət və sevgi işığı günəş şüaları kimi onların qəlbinə süzülür” (7).

Heç şübhə yoxdur ki, İbn Əl-Qayyimın günəş şüasına bənzətdiyi bu nuru bütün möminlər, onların dostları və ya müridləri hiss edə bilərlər.

### Təfəkkür edilən əşyanın mahiyyəti

Təfəkkürün dərəcəsinə təsir edən səkkizinci faktor təfəkkür edilən əşyanın mahiyyətidir. Qeyd etdiyim kimi, möminlərin dağlar, çaylar və meşələr kimi təbiət komp-

leksləri haqqında düşünmələri daha asandır. Bunun səbəbi odur ki, bu cür kəşflərdə təbiət obyektlərindən fərqli olaraq mücərrədlik daha çoxdur. Bundan əlavə, təbiət fenomenləri dərhal insanları düşünməyə sövq edir və insanlarda güclü hisslərin oyanmasına səbəb olur. Bu hisslər sayəsində insanlar psixoloji və mənəvi rahatlıq tapır, onların ürəkləri və ağılları arasında bir əlaqə yaranır. Məsələn, ildırımın çaxması, göyün guruldaması, leysanın yağması, küləyin güclü əsməsi kimi təbiət hadisələri birbaşa insanların ruhuna təsir edir və dərhal Allahı xatırlamalarına və ondan mərhəmət diləmələrinə səbəb olur. Quranda yazılır: “Sizə qorxu və ümid (bir tərəfdən ildırımın verəcəyi tələfatdan qorxmaq, digər tərəfdən də yağış istəmək) məqsədilə şimşək göstərən, yağışla yüklənmiş ağır buludları yaradan da Odur. Göy gurultusu Onun şəninə təriflər deyir, mələklər də Allahın qorxusundan Onu öyüb mədh edirlər” (13:12–13). Bununla belə, insanların kəşfləri süni və ya mücərrəd mahiyyətdə olduğu üçün onlar haqqında təfəkkür etmək o qədər də asan deyil. Nəzəri və konseptual mahiyyət səbəbindən bu kimi əşyalar, anlayışlar vaxt və zaman çərçivəsində nəzərə alına bilmir. Bu səbəbdən də bunların insanlar tərəfindən dərk edilməsi çətin olur.

### Təfəkkür edilən əşyalara bələd olmaq

Təfəkkür edilən əşyalar, anlayışlar və predmetlərlə bağlı elmi məlumatlara malik olmaq təfəkkür prosesinə müsbət təsir etsə də, bunun əksinin də doğru olması bizə təəccüblü gəlməməlidir. Belə ki, hər hansı bir əşyaya həddən artıq bələd olmaq təfəkkür prosesinə ciddi mane ola bilər. Hər gün eyni hadisələrin monoton olaraq təkrar edilməsi bu hadisələrdəki mükəmməl möhtəşəmliyi görməyimizə yenidən imkan yaradır. Əks təqdirdə biz hər gün günəşin

üfüqdən boylanmasından, onun ilıq şəfəqlərinin gözəlliyindən heyrətlənməz və ondakı ilahi əlamətləri görməzdik. Bizim hər gün dəfələrlə gördüyümüz bitkilər, heyvanlar, balıqlar və başqa şeylər qəlbimizdə Allaha olan sevgimizi artırır və ona daha çox itaət etməyimizə kömək edir.

Bu mövzu ilə bağlı İbn Əl-Cəvzinin qeydlərinə istinad etmək maraqlı olardı. O, həcc ziyarəti üçün Məkkə şəhərinə gedərkən uzun müddət davam edən səyahətdən sonra Xeybərin böyük dağlarını gördükdə ürəyinin necə rıqqətə gəldiyini, bu dağların ona necə ilham verdiyini, dağlara baxaraq təfəkkür etdikdən sonra qorxu və itaət hissinin qəlbinə necə hakim kəsildiyini təsvir edir. Sonra isə tez-tez gördüyü, amma elə də çox təsirlənmədiyi böyük dənizləri, sonsuz səmanı, parıldayan ulduzları xatırlayır. İbn Əl-Cəvzi bunu belə təsvir edir: “Məkkəyə həcc ziyarətinə gedərkən bədəvi yolkəsənlərin qarşıma çıxacağından yaman qorxurdum. Bu səbəbdən də Xeybərdən keçən yolu seçdim. Mən əzəmətli dağları, gözəl yolları görüb heyratə gəldim. Allahın böyüklüyünü tam şəkildə hiss etməyə başladım, əvvəllər belə duyğular yaşadığımı heç xatırlamırdım. Öz ruhuma acığım tutdu və onu danlamağa başladım: “Ayıb olsun sənə! Dənizlərə doğru gedərək ruhunun gözü ilə möcüzələrə tamaşa et, bu zaman hər tərəfdə möcüzə, əzəmət, mükəmməllik görəcəksən. Sonra isə kainata bax, yer və göylər haqqında fikirləş, hər şey sadəcə səhrada qum dənələrindən ibarət deyil. Yenidən fəzanı, Allahın taxtını, cənnəti, cəhənnəmi fikirləş... Sonra bunları fikirləşməyə son qoy və dön geriye bax! Hər şey Qadir Allahın sonsuz qüdrəti ilə baş verir. İndi isə özünə baxaraq əvvəlini və sonunu fikirləş. Əvvəlin necə idi? Sadəcə bir heç... Sonun necə olacaq? Toz, torpaq... İnsan

ruhu əvvəlini və sonunu görürsə, bu dünyada necə rahat ola bilər? Həssas ürəklər Allahı necə zikr etməyə bilər? Həyatıma and olsun ki, insanlar əyləncələrinə ara verib bunları düşünsələr, Allah qorxusundan ürəkləri partlayar və ya Allah sevgisindən bayırlar. Amma insanlar o qədər duyğusuzlaşıblar ki, ancaq dağları gördükdə Allahın qüdrəti yada düşür... Amma bunun da mənasını başa düşmək qabiliyyətləri varsa, dağları yaradan güclə bağlı təfəkkür edə bilərlər" (8).

Ətraf mühitdə baş verən hadisələri gördükcə gözü-müzə sanki qalın örtük bağlanır və buna görə də əhəmiyyətli olan nə varsa, müşahidə edə və ya xatırlaya bilmirik. Əslində, bəlkə də bu səbəbdən ət, qan və ruhdan ibarət olan insanlar özləri haqqında təfəkkür etmirlər. Tarixin bütün mərhələlərində insanlar ətraflarında olan hər şeyi müşahidə etmiş, onlar haqqında məlumat toplamış və geologiya, kənd təsərrüfatı, kimya, astronomiya, nəqliyyat, istehsalat vasitələri, müharibə sənəti haqqında araşdırmalar aparmışlar. İnsanlar maddi və bioloji sahədə tərəqqiyə nail olsalar da, bu inkişafı psixologiya, sosiologiya kimi sosial elmlərə aid etmək olmur. Bu vəziyyət bir tərəfdən sosial elmlərin ruh və mənəvi məsələlərlə bağlı olması ilə əlaqədirdirsə, digər tərəfdən də bu sahənin mütəxəssislərinin dəqiq elmlərdə istifadə edilən metodları kor-koranə yamsılaması və sosial tədqiqatların fizika və biologiya ilə müqayisədə çox gec başlaması ilə bağlıdır.

Yeddinci fəsilə təfəkkürün dərin olmasına təsir edən ən əhəmiyyətli faktorlar nəzərdən keçirildi. Bu faktorlar da öz növbəsində müsəlmanların intellektual, psixoloji və mənəvi xüsusiyyətlərinin interaktiv şəkildə müzakirə olunmasına yol açır. Fəslin növbəti mərhələsində isə bu faktorların əhəmiyyəti qiymətləndiriləcəkdir.

Heç şübhə yoxdur ki, bu faktorların hər hansı birinin əhəmiyyətli olması təfəkkür edən şəxslərin vəziyyətindən asılıdır. Çünki möminlərin psixoloji və emosional vəziyyətləri yaxşı olduqda təfəkkür prosesi də məhsuldar olur. Bəzən isə müsəlmanlar meditasiya etmək üçün şəhərin səs-küyündən kənarlaşaraq sakit və uzaq kəndlərə üz tuturlar. Bütün bunların fəvqündə isə təfəkkürün dərin olması dayanır. Bu dərinlik də birbaşa imanla bağlıdır. İmanın güclü və möminin Allaha yaxın olması təfəkkürü şərtləndirən əsas amildir. Digər məsələlər isə imanın gücündən qaynaqlanan elementlərin təsiri nəticəsində baş verir. Müasir dövrdə alimlərin, xüsusilə, neo-mötəzililərin son dövrlərdə elmi tərəqqi və texnoloji inkişaf nəticəsində əşyaların mahiyyəti haqqında çox məlumat mövcud olduğu üçün bizim əcdadlarımızdan, hətta peyğəmbərin səhabələrindən daha yaxşı təfəkkür etmək iqtidarında olmağımızla bağlı iddiaları, təbii ki, əsassızdır və həqiqəti əks etdirmir. Reallıq isə budur ki, möminlərin ətraf mühitdə gördüklərinin və hiss etdiklərinin əsl təsiri imanlarının möhkəmliyindən, Allaha itaət etmələrindən asılıdır. Bu mənəvi dəyərin əşyaların mahiyyəti haqqında daha çox məlumata sahib olmaq və yeni kəşflərlə heç bir əlaqəsi yoxdur. Təfəkkür mənəvi-emosional vəziyyətdə olmaqdır və bu müddətdə möminlər Allahın sonsuz qüdrətindən, onun yaratdığı hər şeydə gözəlliyin olmasından bir daha hali olurlar. Təfəkkür biliklərin artırılması üçün mənasız fakt araşdırma missiyası deyil.

Kimsə bu parametrlərin hər kəsə məlum olan və vəziyyətə uyğun olaraq azalan və artan vahidlərlə ölçülməsini təsəvvür edərsə, daha konseptual formul təqdim etmək olar. Bunun üçün iman faktorunu "İ", fikri cəmiyyət edib diqqəti toplamaq qabiliyyətini "F", möminlərin təfəkkür etdikləri əşyalarla bağlı biliklərini "B", təfəkkür olunan

əşyaların xüsusiyyətlərini “X” simvoları ilə ifadə etsək, təfəkkürün dərinliyi iman faktorunun digər parametrlərə olan təsirindən asılı olar. Bu formulu sadə şəkildə belə göstərmək olar:

$$\text{Təfəkkürün dərinliyi} = \dot{I} (F+B+X+...)$$

Bu tənlikdən də məlum olur ki, imanın güclənməsi digər faktorlara da təsir edir. Hətta təfəkkürün dərinləşməsinə də səbəb olur. Amma digər faktorlarda artım müşahidə olunsa, bu vəziyyət təfəkkürün dərin olmasına elə də ciddi təsir etmir. Əgər iman faktoru sıfır səviyyəsinə düşərsə — bu artıq imansızlıq mənasına gəlir — digər faktorlar hansı dərəcədə olmalarından asılı olmayaraq heç bir məna kəsb etmir, çünki sıfırla hər hansı rəqəmi vurduqda hasil sıfıra bərabər olur. Ona görə də kim peyğəmbərin sahəbələri kimi möhkəm imana malikdirsə, gördükləri əşyalar haqqında az məlumata sahib olmaqla və daha az vaxt sərf etməklə dərin təfəkkürə nail ola bilər. Fikrimizi rəqəmlərlə ifadə edə bilərik: Əgər bir müsəlmanın iman faktoru 10-dursa, və onun digər faktorları üçün (bilik, məlumat, vaxt, şərait, rahatlıq və s.) ümumi rəqəm 100 olarsa, onda təfəkkürün dərinliyi üçün alınan nəticə 1000 olacaq. Amma bir əşya ilə bağlı məlumatı az olan və ya vaxt problemi ilə üzləşən başqa müsəlman üçün digər faktorların rəqəmi 50 olarsa və iman faktoru 100-dürsə, onda təfəkkürün dərinliyi 5000 olacaq, yəni ilk müsəlmandan beş dəfə çox! Təbii ki, iman və təfəkkür kimi mənəvi və dini konseptlər tənliklər və ölçü vahidləri ilə ifadə oluna bilməz. Mənim yazdıqlarım sadəcə bu mövzunun daha da aydın olması üçün oxucularla paylaşmaq istədiyim bir yanaşmadır.

Ümid edirəm ki, ibadətin bu formasını daha yaxşı yerinə yetirmək istəyən oxucular mənim verdiyim bu izahatlardan yararlanacaqlar. Onlar Allah tərəfindən bəxş edilən qabiliyyətlərini bir daha nəzərdən keçirməli və təfəkkürdə dərin dərəcəyə nail olmaq üçün öz bilik və bacarıqlarından daha yaxşı istifadə etməlidirlər. Təfəkkür prosesi mənəvi və psixoloji vəziyyətləri ehtiva edir və mütəmadi olaraq davam etdirilməlidir ki, həmin insanın həyatının ayrılmaz tərkib hissəsinə çevrilsin. Möminlər həm də onların təfəkkür etmələrinə mane olan faktorları müəyyən etməli və bunlardan uzaq durmalıdırlar. Əgər möminlər ibadətlərində səmimidirlərsə və Allaha ibadət etmələri üçün mənəvi olaraq hazırdırlarsa, bütün maneələri asanlıqla aradan qaldıra bilirlər. Xroniki problemlərin həll edilmə yollarının dərhal tapılmadığı vaxtlar da olmuşdur. Daha sonra çarələr tapılmış və problemlər həll olunmuşdur. Məsələn, mənim həmişə məşğul olan və Allahı zikr etmək üçün vaxt azlığından şikayət edən bir dostum anıdan başa düşür ki, işə gedərkən və işdən qayıdarkən iki saat vaxt itirir. O, yolda keçən bu saatları təfəkkür və Allahı zikr edərək keçirmək qərarına gəlir. Dostum verdiyi qərardan sonra həm vaxtını səmərəli keçirmiş oldu, həm də avto xuliqanların hərəkətlərinin və uzun müddət tıxacalarda qalmağın verdiyi gərginlik və narahatlıqdan uzaq oldu.

Bu fəsilə möminlər arasında fərdi səviyyədə fərqlərin olmasına yol açan ən əhəmiyyətli faktorlar izah olunsa da, məlum məsələdir ki, hər bir insanın öz təcrübəsi və yanaşması vardır. Hər kəs öz dünyagörüşü və metodlarından istifadə edərək təfəkkür edə bilər.

## Təcrübi elm və din: yaradanın qanunları

Möminlər İslam dinində Allahın yaratdıqları haqqında təfəkkür etməyin nə qədər əhəmiyyətli olduğunu başa düşdükdən sonra göylərdə və yerdə Allahın birliyini sübut edən çox sayda əlamətləri görməyən, eşitməyən, duymayan, dərk etməyən insanların sonlarının faciəli olduğunu Qurandakı bəzi ayələr sayəsində dərk edirlər: “Göylərdə və yerdə Allahın birliyini sübut edən neçə-neçə əlamətlər (nişanələr) vardır ki, insanlar onların yanından üzlərini çevirib keçərlər” (12:105).

Bəzi insanlar maddə, enerji və biologiya ilə bağlı qanunlar vasitəsilə Allahın əlamətləri haqqında məlumatlara malik olsalar da, bu biliklər onların axirət həyatı və Allahın möcüzələrini tam mənası ilə dərk etmələrinə kömək etmir. Quran bu cür insanları belə izah edir: “Onlar dünya həyatının görünən tərəfini bilir, axirətdən isə büsbütün qafildirlər” (30:7).

Məsələ burasındadır ki, fiziki, psixoloji, sosioloji və bioloji hadisələri müşahidə etdikdən sonra Allahı dərk etmə mərhələsinə keçid eksperimental elm sahələrində mütəxəssis olan qeyri-müsəlmanların fəaliyyətləri ilə müsəlmanların təfəkkür etməsi arasındakı əsas fərqi nümayiş etdirir. Əslində, insanların içində olduğu mühitlə bağlı olan təfəkkürün ilk mərhələsi qulaq, göz, burun, dəri və dil kimi duyğu orqanlarının istifadə edilməsidir və bu proses şüurlu və diqqətli müşahidəyə əsaslanır. Bu

da elmi metodların ilk mərhələlərində istifadə olunan müşahidə ilə eynilik təşkil edir. Eksperimental elmdə ancaq təcrübə ilə sübut olunan dəlillər məqbul hesab edilir və əldə edilən nəticələr ümumiləşdirmə, fərziyyə və tətbiq üçün istifadə olunur. Həmçinin alimlər fərziyyələrin təsdiq olunması üçün müşahidə və təcrübə mərhələsinə istinad edirlər. L. Malpas “İnsan davranışı” kitabında qeyd edir ki, Alfred Nort Uaythed (Alfred North Whitehead) eksperimentallığı sərt “müşahidə” səthindən “ümumiləşdirmə və nəzəriyyə” havasına qalxan, sonra isə duyğular vasitəsilə “müşahidə və qavrama” limanına qayıdan təyyarəyə bənzətmişdir (1).

Müsəlmanların yer və göylər haqqında təfəkkür etmələri ilə eksperimental elm sahəsindəki araşdırmalar arasında başqa bir bənzərlik də vardır. Hər iki prosesin ilkin mərhələsində əşyaların fərqli və əlaqəsiz komponentləri nəzərə alınmır, çünki onlar funksiyaları tənzimləyən qanunlar kimi ümumi və daimi aspektləri diqqət mərkəzində saxlayırlar. Bunun da səbəbi odur ki, inanclarından və təbiətlərindən asılı olmayaraq insanlar xaosu və qeyri-müəyyənliyi qəbul etmir və mütəmadi olaraq qarşılaşdıqları saysız-hesabsız impulslarla bağlı nizam yaratmaq istəyirlər. Hətta laboratoriyalarda fərdlər üzərində təcrübələr aparılarkən müşahidə olunmuşdur ki, onlar verilmiş tapşırıqları yerinə yetirərkən qeyri-iradi olaraq boşluqları və qaranlıq qalan hissələri məlum üçbucaq, kvadrat, dairə, bayraq və sair formalara salmaqla aradan qaldırmışlar. İnsanların hər şeyi məna kəsb edən sistemli və tamamlanmış formada olan şəkillərə salmağa olan meyilləri və hissələrin systemsiz olmasını qəbul etməmələri faktı alman psixoloqlarının geştalt psixologiya istiqamətini yaratması ilə nəticələnmişdir. Geştalt sözü alman dilində “bütöv obraz” deməkdir.

Biz eyni mənzərəyə problemləri həll etmək və ya mücərrəd məfhumları düşünmək kimi insanların daha çətin əqli proseslər üçün istifadə etdikləri qabiliyyətlərin köməyiylə əşyaları, hadisələri necə qavradıqlarını təhlil etdikdə də şahid oluruq. Məsələn, insanlar göylərə baxdıqda qeyri-ixtiyari müxtəlif hadisələrin tənzimlənməsi üçün istifadə olunan qanunlar axtarmağa başlayırlar. Çünki insanlar qeyri-müəyyənlikdə olmaq istəməyib hər şeyin müəyyən çərçivəyə salınmasını arzulayırlar.

Möminlərin ruhlarının ucalıb özlərində ülviyyət hiss etmələrinin sirri kiçik qarışqa ilə bağlı yeni məlumatın və ya böyük bir planetin orbitinin kəşf edilməsindən asılı olmayaraq Allahın yaratdıqları ilə bağlı qanunları öyrənmələridir. Allahın bütün insanlara bəxş etdiyi bu xüsusiyyət bəlkə də müasir dövrdə alimlərin ibadət edən insanlarla eyni mövqe nümayiş etdirmələrinin əsas səbəbidir. Məsələn, biologiya sahəsində professor olan Sesil Hamanın (Cecil Hamann) Baltimor sarıköynək quşu haqqında dediklərinə diqqət yetirək: "Baltimor sarıköynək quşunun yuvası haqqında nə demək olar? Bu quşa bu cür yuva tikməyi kim öyrədir? Niyə bütün quşların tikdikləri yuvalar, demək olar ki, eynidir? Əgər kimsə bunun instinkt olduğunu desə, bunu natamam cavab hesab etməliyik. İnstinkt nədir? Bəzi insanlar belə fikirdədirlər ki, instinkt heyvanların öyrənmədiyi davranışdır. Bizim bilmədiyimiz, amma Allaha məlum olan qanunlara uyğun olaraq yaradılan bu varlıqlarda yaradanın qüdrətini görmək daha məntiqli yanaşma olmazmı?" (2).

İslam dininin yayılmağa başladığı ilk vaxtlardan etibarən təfəkkür edən müsəlman alimlərinin yazdıqlarını müəlif etdikdə biz dəqiqliklə eyni yanaşmaya şahid oluruq. Müasir elmi araşdırmalarla müqayisədə ilk müsəlman alimlərinin yanaşmalarında konkretlik daha çox

diqqəti cəlb edir. Məsələn, quş mövzusunda fikirlərin davamı olaraq bildirmək istəyirəm ki, Əl-Qəzzali müasir dövrdəki alimlər kimi quşların yaradılması ilə bağlı fikirlərini “Əl-Hikmət fi Məxluqati Allah” (“Allahın yaratdığılarında gizlənən hikmət”) əsərində yazmışdır: “Hər kəsə məlum olsun ki, qüdrətli Allah quşları yaratdı, onlar göyə asan uçmaları və aşağı rahat düşmələri üçün yüngül xəlf edildilər... Allah quşlara ayaq bəxş etsə də, onları əl ilə şərəfləndirmədi. Quşlar sulu və palçıqlı ərazilərə qonanda problem olmasın deyə onların ayaqları sərt və mütənasib yaradılmışdır... Ayaqlar lələklərlə örtülsəydi, suyun və palçıqın təsirindən korlana bilərlərdi... Bütün bu xüsusiyyətlər quşların uçmasına kömək edir. Allah quşların sinəsini yarım dairəvi formada yaradıb ki, havada uçmaları daha asan olsun... Qanadların uclarının dairəvi formada olmasının da səbəbi budur. Qadir Allah lələklərin kök dibini sərt yaradıb və lələklər dərinin üstündə dik dururlar... Bu lələklər quşları soyuqdan və istidən qoruyur... Allah ən güclü lələkləri qanadlar üstündə yaratmış və möhkəm şəkildə bərkətməmişdir. Quşların bədənəri fərqli, daha yüngül, istilik təmin edən və gözəl görünmələrinə səbəb olan lələklərlə örtülüdür... Sonra isə tək bir lələklə bağlı təfəkkür edin! Görəcəksiz ki, bu lələk parça kimi sərt saplardan toxunmuşdur, sərt, amma qırılmayacaq qədər də elastikdir. Bu lələklərin içi quşların uçması asan olsun deyə boşdur... və bu lələklər yağışlı hava nəticəsində eroziyaya uğramır, toz, torpaq bunları məhv etmir. Lələklərin üstünə su düşdükdə quşlar kiçik bir tərpnəşlə su damcılarından və nəmlikdən azad olur və yenidən yüngülləşirlər. Nəcisin ifraz edilməsi və yumurtalamaları üçün quşların bədənində bir dəlik də vardır. Quşlar yumurta qoymaqla çoxalırlar. Çünki quşlar balalarını qarınlarında daşısaydılar, ağırlıqdan uça bilməzdilər. Quşların sabit uç-

masını təmin etmək məqsədilə Allah onların quyruqlarını da yaratmışdır. Əks təqdirdə qanadlar quşların sağa-sola meyillənməsinə səbəb olardı. Çünki quyruq gəminin sabit üzməsinə təmin edən sükan rolunu oynayır” (3).

Bu nümunə bir daha göstərir ki, mənəvi meditasiya uzun müddət əvvəl yaşamış bir müsəlman alimində quşların yaradılması haqqında müşahidə aparıb fikir bildirmək qabiliyyəti və istedadı formalaşdırmışdır. Yazılanların təhlil edilməsi insanda bu təəssüratı yaradır ki, sanki Əl-Qəzzalının müasir aerodinamika haqqında məlumatı olmuşdur. Quşlar mükəmməl şəkildə səmada süzərək insanları heyretləndirən gözəl, zərif varlıqlardır. İnsanlar bu quşların təsiri altına düşdüklərinə görə onların yaradılışını yamsılamağa çalışmışlar və təyyarə kəşf olunmuşdur.

İndi isə qarışqa kimi kiçik böcəklərə nəzər salaq. Aşağıda yazılanlar bu möhtəşəm varlıqlarla bağlı son zamanlarda aparılmış elmi tədqiqatlar və Mustafa Mahmudun qeydlərini ehtiva edir: “Qarışqalarla bağlı bir dəqiqəlik təfəkkür etmək heyretlənmək üçün kifayət edir. Necə olur ki, bu balaca qarışqalar mürəkkəb və həndəsi qanunauyğunluğa tabe olan anbarları, keçid dəhlizləri olan yuvalar tikməyi bacarırlar? Bir qarışqa vəzifə bölgüsünün dəqiq müəyyən edildiyi kolonyaya necə qoşulur? Bəs necə olur ki, qarışqa başqa böcəkləri tapa bilir və onları yuvasına sürüyüb aparır? Mütəşəkkil bir kolonyada qarışqaların bir-biriləri ilə ünsiyyət qurması sübut edir ki, onların ortaq “dili” mövcuddur. Bu sahədə aparılan son tədqiqatlar nəticəsində məlum olmuşdur ki, qarışqalar öz aralarında kommunikasiya qururlar. Bu ünsiyyət danışq dili və ya işarələrlə deyil, kimyəvi işarələr vasitəsilə olur. Qarışqa yuvasını müşahidə edin. Mütəmadi olaraq iki qarışqanın öpüşməyə və ya pıçıldaşmaya bənzər hərəkət etdiyinə şahid olacaqsınız... Əslində, bu ünsiyyət forması nə öpüş-

mə, nə də ki, pıçıldaşmadır. Bu, bir qarışqanın digər qarışqanın ağzına müəyyən kimyəvi mahiyyətdə su, selik ifraz etməsidir. Qarışqalar bu kimyəvi məhlul vasitəsilə "Gəl bunu edək və ya..." signalını ötürürlər. Onlar ərzaq, buğda dənələri, qırıntılar toplayır və qışda lazım olacaq bu qidaları xarici müdaxilələrdən mühafizə edirlər... Bütün bunları gələcəklə bağlı fikirləşmək və ya təsəvvür etmək qabiliyyəti olmadan edirlər: Bəs bunlar necə baş verir?" (4).

Oxuduğumuz bu elmi məlumatları neçə əsr bundan əvvəl yaşayan müsəlman alimlərinin yazdıqları ilə müqayisə etdikdə görürük ki, həmin mütəfəkkirlər müasir zamanda aparılan araşdırmalar nəticəsində məlum olan yenilikləri öz əsərlərində dəqiqliklə göstərmişlər. Əli ibn Əbu-Talib "Nəhy Əl-Balağah" əsərində qarışqa və çəyirtkələr haqqında fikir bildirmişdir: "Kiçik və zərif qarışqaya nəzər yetirin. Bu canlıları gözlə görmək çox çətinidir və necə yaşamaları haqqında təsəvvür yaratmaq da mürəkkəb məsələdir. Qarışqalar buğda dənələrini öz yuvalarına aparıb orda saxlayırlar. Bu kiçik varlıqlar qışa hazırlıq məqsədilə yayda səylə çalışırlar. Ehtiyat azüqə həm də zəif və xəstə olduqları vaxt qidalanma probleminin həll edilməsi üçündür. Beləcə həyatlarının davam etməsini təmin edirlər. Mərhəmətli Allah hər şeyi biləndir və xatırlayandır və bu canlıları da qidalanmaq nemətindən məhrum etmir.

Əgər qarışqaların aşağı və yuxarı hissələrində həzm boşluğu, qarın örtüyü, gözləri, qulaqları və başı haqqında düşünsəniz, bu canlıların necə mükəmməl formada yaradılmasına şahid olacaqsız. Bunları tam dəqiqliklə izah etməkdə çətinlik çəkəcəksiniz. Mühəymın (himayə edən) olan Allahın rəhməti sayəsində qarışqalar ayaqları üstündə dayanırlar. Qarışqaları ancaq Allah yaratmışdır.

Allahın dərğahında böyük, zərif, ağır, yüngül, güclü, zəif olmasından asılı olmayaraq hər şey bərabərdir. Bu, göylər, hava, külək və su üçün də eynidir. Ona görə də günəşə, aya, bitkilərə, suya, daşlara, gecə-gündüzün fərqinə, bulaqların qaynamasına, silsilə dağlara, dağların zirvələrinə, müxtəlif dil qruplarına diqqət edin. Qahir olan Allaha inanmayanlar, onun tək hökmdar olmasını qəbul etməyənlər yollarından azırlar. Onlar özlərini heç bir bağbanı olmayan, böyümək üçün zəruri tələblərin yerinə yetirilməsinə ehtiyac olmayan bitkilər kimi zənn edirlər. Onlar heç bir dəlilə inanmırlar, eşitdiklərini düşüncə süzğəcindən keçirib nəticə çıxarmırlar. Mühəndis olmadan hər hansı binanın inşaatı mümkün olarmı?

Çəyirtkələrlə bağlı da təfəkkür edə bilərsiniz. Allah onlara iki qırmızı parıldayan göz, kiçik qulaqlar, müvafiq ölçüdə ağız bəxş etmişdir. Allah bu canlıları çox həssas yaratmışdır, onları kəsici iki diş və oraq formasında ayaqlarla şərəfləndirmişdir. Fermerlər taxıl mövsümündə çəyirtkələrdən qorxurlar, çünki bu böcəklərdən yaxa qurtara bilmirlər. Bədənləri nazik bir barmaq böyüklüyündə olsa da, aclıqlarını yatırmaq üçün taxıl zəmilərinə hücum edirlər” (5).

İbn Qayyim Əl-Cövziyyənin “Miftahü Dars-Saade” (“Səadət evinin açarı”) əsərində yazdıqları onun necə dərinlən təfəkkür etməsi və diqqətli müşahidə aparmasının göstəricisidir: “Zərif bir qarışqanın necə ərzaq tapdığını düşünün. Burada da Allahın yaradılışdakı əlamətlərinə rast gəlmək olar. Bütün bunlardan dərs çıxarmaq lazımdır. Ərzaq toplamaq üçün yuvasından çıxan qarışqa kolonyasına nəzər salın. Onlar iki komanda halında işləyirlər. Bir qrup tapılan ərzaqları yuvaya daşıyır, digər qrup isə axtarış üçün ətraf ərazilərə gedir. Bu iki komandada çaşqınlıq yaranmır, qarışqalar bir-biriləri ilə toqquşmur.

Hər komanda iki ayrı zolaq formasında öz işini görür. Əgər daşdıqları ərzaq ağır olarsa, yeni qarışqa qrupu köməyə gəlir. Burada onların ağıllı olmasını bir daha sübut edən başqa məqam da ortaya çıxır. Buğda dənini sonradan cücərməsin deyər qarışıqlar bunu yuvalarına apararkən bir neçə hissəyə parçalayırlar. Əgər dən cücərən iki hissədən ibarət olarsa, bunu dörd yerə bölürlər. Buğda dənini nəm olduqda bunu qurutmaq üçün yuvadan bayıra çıxarıb günəşin altında saxlayırlar. Dən quruduqdan sonra onu yuvaya aparırlar. Ona görə də qarışqa yuvalarının yanında çox sayda dən qırıntıları olur, amma növbəti dəfə ora gəldiyinizdə onlardan əsər-əlamət görmürsünüz” (6).

İbn Əl-Qayyim qarışıqlar mövzusunda müzakirə apararkən bu canlılar və onların fəaliyyətləri ilə bağlı təfəkkür etməyi sevən bir möminə istinad edərək çox maraqlı məlumatlar verir. Həmin mömin müşahidələr apardıqdan sonra bu qənaətə gəlmişdir ki, qarışıqlar xüsusi dil vasitəsilə ünsiyyət qururlar və səhv məlumat verən və qarışqa koloniyasının fəaliyyətinə mane olan qarışqa sərt şəkildə cəzalandırılır. İbn Əl-Qayyim yazır: “Bir mömin qardaşımız mənə belə bir məlumat verdi: “Mən ölü çəyirtkəyə rast gələn və bunu qaldırmağa gücü çatmayan bir qarışqa gördüm. Sonra həmin qarışqa getdi. Sonra başqa qarışıqlarla birgə geri qayıtdı. Onlar gəlməzdən əvvəl mən ölü çəyirtkəni həmin yerdən götürdüm. Qarışıqlar qayıtdıqdan sonra çəyirtkənin bir az əvvəl olduğu yerdə dövrə vurdular və heç bir şey tapmayaraq geri qayıtdılar. Mən çəyirtkəni yenidən həmin yerə qoydum. Bir qarışqa geri gəlib bunu aparmaq istəsə də, bacarmadı. Həmin qarışqa kömək üçün getdi və mən yenə köməkçi dəstə gələnə kimi həmin ölü çəyirtkəni oradan götürdüm. Qarışıqlar geri qayıtdıqdan sonra heç nə tapa bilmədilər. Onlar çə-

yirtkə haqqında məlumat verən qarışqanı dairəyə aldılar və mən müdaxilə etmək imkanı tapmazdan əvvəl həmin qarışqaya hücum etdilər və parçalara ayırdılar. Mən bu mənzərəyə heyrət içində tamaşa etdim" (7).

Müsəlman alimi Mahmud Zəmaxşəri "Təfsir Əl-Kaşşaf" ("Quranın şərh") adlı əsərində çılpaq gözlə görünməyən böcəkləri təsvir etmişdir. Bu məlumat Zəmaxşərinin mikroskopik varlıqlardan xəbərdar olduğunu sübut edir: "Köhnə kitabların arasında hərəkət etmədiyi vaxtlarda, demək olar ki, çılpaq gözlə görünməyən çox kiçik böcəklərə rast gələ bilərsiniz. Bunlar hərəkət etməyəndə görünməz olurlar. Toxunmaq üçün əlini uzatdıqda isə zəddədən uzaq olmaq üçün qeyb olurlar. Bu böcəkləri yaradan və onlar haqda hər şeyi bilən Qadir Allaha həmd olsun! Ola bilsin ki, həddən artıq kiçik, gözlə görünməyən canlılar da mövcuddur. "Yerin yetişdirdiklərindən, insanların özlərindən və bilmədiklərindən erkək və dişi olmaqla cütlər yaradan Allah pakdır, müqəddəsdır" (36:36) (8).

Allah sevgisi və qorxusu ruhuna hakim kəsilən Zəmaxşəri mənəvi olaraq bu dünya ilə əlaqəsi kəsildiyi vaxtda yazdığı şeiri xatırlayır. Bu sətirləri ərəbcə oxuduqda insana çox təsir edir. Sətiri tərcüməsi isə belədir:

Ey ağcaqanadın öz qanadlarını zülmət  
qaranlıqda açdığını görən Qadir Allah.  
Həm də ağcaqanadın boynunda yerləşən  
ürəyindəki damarları,  
membranındakı ilikləri də müşahidə edə bilirsən.  
İndi səndən əfv diləyən,  
Keçmişdə yolundan azan, günaha batan,  
aciz qulunu bağışla (9).

Bu cür alimlər hər kəsin gördüyü canlılarla kifayətlənməyib təfəkkür prosesinin özü də daxil olmaqla mücərrəd anlayışlarla bağlı da təfəkkür etmişlər. Əl-Qəzzalının ağıl və bunun gücü ilə bağlı təfəkkür etmək haqqında dedikləri maraqlıdır: "Ağıl görülməyən bir varlıq və ya şəkil deyil. Toxuna bildiyimiz və ya eşitdiyimiz bir məfhum da deyil, ağılı qoxu və ya dad vasitəsilə də duymaq mümkün deyil. Amma ağılın göstərişlərini yerinə yetiririk. Ağıl həmişə təkmilləşmə yolundadır, gözəgörünməzi görmək və düşünmək iqtidarındadır. Gözün görə bilməsi qeyri-mümkün olan hər şey ağıl üçün mümkündür. Qüdrətli Allahın göylərdə və yerin altında yaratdıqlarını ağıl təsdiq edir. Ağılın gözü insan gözünün görmədiklərini görmə qabiliyyətinə malikdir. Ağıl biliyin əsası və hikmət mənbəyidir. Əldə edilən biliklərin həcmi artdıqca ağıl da iti olur, daha dərinlən düşünmə imkanı təmin edir. Ağıl bədən üzvlərinə hərəkət etmək üçün göstəriş verir, amma itaət etmək niyyəti və fəaliyyətin yerinə yetirilməsi ilə bağlı zaman çox qısadır" (10).

Əl-Qəzzali yeni doğulan uşaqlarda ağılın imkanlarının məhdud olması ilə bağlı Allahın hikməti haqqında da düşüncələrini izhar etmişdir. O, inkişaf sahəsində mütəxəssis olan psixoloqlara məxsus müşahidə qabiliyyətinə malik olmuşdur. Əqli inkişaf mövzusunda fikirlərini də oxucuların diqqətinə çatdırmışdır: "Uşaqların dünyaya gəlişindən sonrakı proseslərdəki hikməti başa düşmək üçün təfəkkür edin. Uşaqlar dünyaya gəldikdə heç nəyi qavramırlar və ağılları tam olaraq inkişaf etməmiş olur. Əgər belə olmasaydı, uşaqların dünyanı sonradan olduğu kimi dərk etmək imkanları olmazdı. Əvvəllər bilinməyən və görünməyən hadisələrin, əşyaların dərk edilməsi qeyri-mümkün idi. Əgər uşaqların əqli inkişafı mərhələli şəkildə olmasaydı, onlar uşaq arabasında və ya qucaq-

da ora-bura aparılmasına, bələnmələrinə, uşaq bezi ge-yindirilmələrinə, uzun müddət beşikdə saxlanılmasına əsəbiləşərdilər. Təbii ki, bütün sayılanlar uşaqların fiziki inkişafına uyğun olaraq icra edilən hərəkətlərdir. Uşaqlar əqli inkişafa tam nail olunmuş vəziyyətdə doğulsaydılar, normal şəraitdə uşaqların xoşladıqları və sevdikləri hərəkətlər onlara sıxıcı görünərdi. Bütün bunlar bir daha sübut edir ki, bu cür vəziyyətdə doğulmaları uşaqların özlərinin xeyrinədir. Allahın yaratdığı hər şeydə hikmət və mükəmməliyin olduğunu görmürsünüzmü?" (11).

Yuxarıda təqdim olunanlar uzun müddət əvvəl yaşamış İslam alimlərinin dərin təfəkkür etmələrini göstərən bəzi nümunələrdir. Bunlar bir daha göstərir ki, möminlərin bir qismi Allahın yaratdıqlarında hikmət və əlamətləri görmək üçün qəlb və ağıl gözü ilə müşahidə aparır və dərinlən təfəkkür edirlər. Dini yanaşmalar və məqsədlərdə fərqlər olsa da, ilahi qanunlarla bağlı axtarışlar həm təfəkkür edən möminlər, həm də müasir dövrün alimləri tərəfindən təsdiq olunur. Kosmik hadisələrin daha dəqiq şəkildə başa düşülməsi üçün müasir dövrdə təcrübi elm sahəsində fəaliyyət göstərən alimlər kainatın idarə olunması ilə bağlı ilahi qanunlar və prinsiplərlə ciddi şəkildə maraqlanırlar. Həqiqətin dərk edilməsi üçün Quranda əks olunan dəlillərə nəzər salmaq lazımdır. Çünki bu kainatın bir yaradıcısı var və bütün yaratdıqlarını öz qanunları ilə idarə edir. Buna görə də Allahın kainatı idarə etməsini başa düşmək üçün əsas mənbənin Quran olduğunu dərk etmək lazımdır, çünki bu səmavi kitab insanların qəlb gözünü açan ən güclü mənəvi ilham mənbəyi kimi nəzərə alınmalıdır. Bu həqiqət Quranda da öz təsdiqini tapmışdır: "Şübhəsiz ki, toxumu da, çəyirdəyi də cücərdib çatladan, ölüdən diri, diridən də ölü çıxardan (ölü yumurtadan diri toyuq, diri toyuqdan ölü yumurta yaradan)

Allahdır. Budur Allah! Axı siz Ondən (haqq olan Allah-dən) nə cür döndərilirsiniz? Gecənin zülmətindən səhəri yarıb çıxaran, gecəni bir istirahət vaxtı, günəşi və ayı vaxt üçün bir ölçü vasitəsi edən də Odur. Bütün bunlar yenilməz qüvvət sahibi, hər şeyi bilən Allahın təqdiridir, əzəli hökmüdür” (6:95–96). Başqa bir surədə də bununla bağlı ayələr mövcuddur: “Günəş də qüdrət əlamətlərimizdən biri kimi özü üçün müəyyən olunmuş yerdə seyr edər. Bu, yenilməz qüvvət sahibi olan, hər şeyi bilən Allahın təqdiridir və əzəli hökmüdür. Biz ay üçün mənzillər müəyyən etdik. Nəhayət, o həmin mənzilləri başa vurduqdan sonra dönüb xurma ağacının qurumuş əyri budağı kimi hilal şəklində olar. Nə günəş aya çatar, nə də gecə gündüzü ötə bilər. Günəş, ay və ulduzların hər biri özünə məxsus bir göydə öz dairəsində üzər” (36:38–40).

Proqnoz verməyin mümkün olması ilə bağlı anlayışlar müasir elmi metodların əsasını təşkil edir və bu metodlar təcrübi elmlərin inkişafı üçün əsas amildir. Albert Eynşteynin nisbilik nəzəriyyəsinin və kvant fizikasının Nyuton tərəfindən irəli sürülən fikirləri alt-üst etməsi doğru olsa da, kainatda heç bir nizam yoxdur və ya insanlar kainatdakı nizamı, sistemi başa düşmək iqtidarında deyillər.

Müsəlman və qeyri-müsəlman olmasından asılı olmaya-raq tədqiqatçılar əldə etdikləri yeni məlumat və problemlərin həll edilməsi nəticəsində şan-şöhrət, maddi mükafat əldə edir və araşdırmaları müsbət nəticələr verdiyi üçün məmnunluq hissi keçirirlər. Amma müsəlman alimləri öz işlərində səmimi olduqda onları tədqiqat aparmağa sövq edən əsl səbəb və tədqiqatın uğurlu nəticəsindən sonra əldə etdikləri mükafatlar qeyri-müsəlman həmkarlarının qazandıqlarından çox fərqli olur. Müsəlman alimlər maddi, bioloji və psixoloji məfhumlar arasında qeyri-adi əlaqələri kəşf edir və bu məfhumlarda Allahın nişanələri-

ni və qanunlarını görürlər. Beləliklə, həmin alimlərin ibadətləri yeni müstəviyə keçir. Bu məsələ haqda Quranda yanaşma belədir: “Allahdan Öz bəndələri içərisində ancaq alimlər qorxar. Onlar elm sahibi olduqları üçün Allahın vəhdaniyyətini, heybət və əzəmətini daha yaxşı başa düşür və Ondan daha çox qorxurlar” (35:28). Əgər alimlər, tədqiqatçılar və tələbələr tədqiqatlarına Allaha xidmət etmək kontekstində yanaşsalar, onların laboratoriyalarda, tədqiqat ərazilərində müşhidə, meditasiya və təfəkkür etmək cəhdləri üçün Allahın mükafatı böyük olacaq. Təəsüf ki, müsəlman tələbələrin əksəriyyəti bu müqəddəs xitabı başa düşmür, qətiyyət və dözümlülüyün nailiyyətlərin əsas silahı olduğunu dərk etmirlər. Əgər müsəlman tədqiqatçılar müşahidə aparmaq və təfəkkür etməyə ibadətin bir forması olaraq yanaşsalar və Allah tərəfindən mükafatlanmaq şərəfinə nail olmağı əsas hədəf olaraq müəyyən etsələr, bu daha ciddi motivasiya olar.

Bir mömin insanlıq üçün faydalı nə isə kəşf və ya icad etdikdə Allah bunu daimi xeyriyyəçilik fəaliyyəti kimi qiymətləndirir və həmin mömin həm bu dünyada, həm də axirətdə mükafata layiq görülür, çünki onun bu əməli sayəsində hər kəs mütəmadi olaraq fayda görür. Müsəlmanların apardıqları tədqiqat işləri peyğəmbərin bu tapşırığına əməl etmə kimi qiymətləndirilir: “Elm və bilik əldə etmək hər bir müsəlmanın vəzifəsidir” (12).

Müsəlman dünyasında eksperimental elm sahəsində tərəqqinin müşahidə olunması nəticəsində mütəmadi olaraq təfəkkür etmək və elmi bilikləri artırmaq arasında əlaqə möhkəmlənmişdir. Heç şübhə yoxdur ki, müsəlman alimlər tərəfindən müxtəlif sahələrdə edilmiş icadlar və kəşflər Avropada elmi metodların öyrənilməsinə ciddi töhfə vermişdir. Bu cür inkişaf müsəlman alimlərin Allaha olan sonsuz inam və imanı, onların yer və göylər haqqın-

da təfəkkür etmələri ilə əlaqəlidir. Müsəlman alimlərinin nailiyyətləri onların yaradılışda yaradanın əlamətlərini görmək üçün etdikləri cəhdlər və Allahın kainatı idarə edən qanunlarındakı hikməti qavramaq üçün gecə-gündüz çalışmaları ilə bağlıdır.

Alman şərqşünası Sigrid Hunke “Allahın günəşinin Qərbi işıqlandırması” adlı məşhur kitabında yazır: “Məhəmməd peyğəmbər səhabələrinə Allahın yaratma qüdrətinə şükr etmələri və yaradılışdakı möcüzələri görmələri üçün təfəkkür etməyi məsləhət görürdü. Allahın elçisi həm də müsəlmanları əmin edirdi ki, elm insanların imanlarını gücləndirir. Peyğəmbər kişi və qadın olmasından asılı olmayaraq bütün müsəlmanlara elm öyrənməyi və bunu dini öhdəlik halına gətirməyi məsləhət görürdü. Son peyğəmbər öz xütbələrində elm öyrənməyin və öyrətmənin mükafatının Allah tərəfindən ibadət etməyə görə verilən mükafat ilə eyni olacağını deyirdi. Öyrənməyin mükafatı oruc tutmaq üçün, öyrətməyin mükafatı isə namaz və ya gündəlik ibadətlər üçün verilən mükafatla eyni olacaq” (13).

Sigrid Hunke Qərb tarixçilərinin iddialarını təkzib edir. Hunkeyə görə, bir çox elmi yeniliklərin banisi Frensis Bekon, Qalileo Qaliley və digər Qərb alimləri deyildir, müsəlman alimlərdir. Alman alim həm də sübut edir ki, müasir fizikanın banisi nəzəri meditasiya və diqqətli müşahidələrlə elmdə yüksək mərtəbəyə nail olan İbn Əl-Haytəmdir. O, yaşadığı dövrdə “Gözün görməsi üçün bu orqandan şüalar işıqlanır” deyən Evklid və Ptolemeyin nəzəriyyələrinə qarşı çıxaraq demişdir: “Əşyaları görmək üçün gözdən heç bir şüa işıqlanmır. Əksinə, işıqlanan cisimlərdən gələn şüalar gözün xarici səthinə düşür və burada cisimlərin, əşyaların kiçilmiş əks xəyalı alınır” (14). Hunke əlavə edir: “İbn Əl-Haytəm optika sahəsində ciddi

araşdırmalar apararaq böyük nailiyyətlər əldə etmiş və elmin bu sahəsindəki yeniliklərin böyük qismi onun adı ilə bağlıdır. O, ilk təcrübələrindən etibarən ciddi uğurlar qazanmışdır. İbn Əl-Haytəm müasir dövrdə istifadə olunan kameraların prototipi olan kiçik kameranı kəşf etmiş və cisimlərdən işıqlanan şüaların göz cismində əks olunduğunu sübut etmişdir. O, su və hava sıxlığı arasındakı fərqi də araşdırmış və fərqli sıxlıqda olan şəffaf cisimlərdən keçən işığın sınmasının izahını vermişdir. Maraqlıdır ki, müsəlman alim yerin üstündəki hava qatının qalınlığını da hesablamışdır. Belə nəticəyə gəlmişdir ki, bu qalınlıq 15 km-ə bərabərdir. Bununla da o, qeyri-adi dərəcədə dəqiq hesablama aparmaq qabiliyyəti nümayiş etdirmişdir. Həmçinin işıq şüalarının əks etdirilməsinin təsirini tənzimləyən qanunları da kəşf etmiş və oxumaq üçün gözlüyü icad etmişdir. Bu dahi ərəbin Qərb dünyasına olan təsiri çox böyükdür. Müasir dövrdə də onun optika, fizika və başqa elm sahələrindəki nəzəriyyələri geniş istifadə olunur” (15).

Hünke daha sonra astronomiya, riyaziyyat, tibb, kimya, coğrafiya və digər sahələrdə müsəlman alimlərinin dünya elminə verdikləri töhfələrdən bəhs etmişdir. Qərbli şərqşünas böyük həvəslə İbn Sina (Avisenna) və onun “Əl-Qanun” (“Tibb elminin qanunları”) kitabı haqqında da fikir bildirmişdir: “İbn Sina elə ensiklopedik və bacarıqlı alim olmuşdur ki, tibbin bütün sahələri ilə bağlı nəzəri və praktiki məsələləri vahid kitab formasında və orijinal şəkildə təqdim etmişdir. Onun bu misilsiz xidməti bütün dövrlərdə yazılmış tibb kitabları arasında hələ də ən əhəmiyyətli mənbə olaraq qalmaqdadır... Uzun illər İbn Sinanın bu kitabı həm Şərqdə, həm də Qərbdə istifadə olunmuş və tibb dünyasında anoloqu olmayan vəsait kimi öz mövqeyini qorumuşdur” (16).

Orta əsrlərdə yaşayan müsəlman alimləri haqqında qərəzsiz fikirlər yazan və orijinal yanaşmalar nümayiş etdirən başqa bir şərqşünas Montiqomeri Uotdur (Montgomery Watt). Şotlanddiyalı şərqşünas "İslamın orta əsrlərdə Avropaya təsiri" adlı kitabında İbn Sinanın "Əl-Qanun" əsərini təhlil etmişdir. "Meyerhof haqlı olaraq bu dəyərli mənbəni "Ərəb sivilisasiyanın şah əsəri və kulminasiya nöqtəsi" adlandırır. Bu kitab on ikinci əsrdə latın dilinə tərcümə olunmuş və on altıncı əsrin sonuna kimi Avropada tibb sahəsində təhsil verən bütün müəssisələrdə istifadə olunmuşdur. On beşinci əsrdə biri ıvrit dilində olmaqla bu kitabın on altı nüsxəsi mövcud idi. On altıncı əsrdə kitabın sayı iyirmiyə çatmış və on yeddinci əsrdə daha da artmışdır" (17).

Koqnitiv psixologiya sahəsinə verilən töhfələr, psixoloji problemlərin başlanmasında mənfi fikirlərin xarakteristikası haqqında fikirlər və bu cür problemlərin həll edilməsində təfəkkürün rolu ilə bağlı danışdıqda Əl-Bəlxini xüsusi qeyd etmişdim. O, psixiatriya elminin inkişafında misilsiz xidmətlər göstərmiş müsəlman alim və mütəfəkkirdir. Bunu xüsusi olaraq qeyd etməliyəm ki, Əl-Bəlxini nevroz və psixoz arasında fərqi müəyyən edən və müasir tibb elmində mövcud olan emosional pozuntuları sinifləndirən ilk həkimdir. O, nevrozu İslam dininin doktrinalarını dərinlən düşünmə və təfəkkür etmə ilə əlaqələndirərək dörd növə bölmüşdür: qorxu və narahatlıq (əl-xof və al-fəzaa), qəzəb və hirsələnə (əl-qazab), kədər və depressiya (əl-hüzn və əl-cəza) və vəsvəsə (əl-vəsvəsah). Əl-Bəlxiniyə görə, emosional pozuntular insanların valideynlərinin bioloji xüsusiyyətləri, onların olduqları mühitdə baş verən hadisələr və daxili-koqnitiv fəaliyyətləri arasında olan əlaqə nəticəsində təzahür edir. O, psixosomatik aspektləri və fərdlərə məxsus müxtəlifliyi müzakirə edir və belə bir

qənaətə gəlir: İnsanlar ruh və bədəndən ibarət olduqları üçün hər iki komponent sağlam və xəstə ola bilər. Ona görə də ruh və bədəndə tarazlıq və qeyri-tarazlığın müşahidə edilməsi normaldır (18). Bədənin xəstəliyi qızdırma, baş ağrısı və digər simptomlarla üzə çıxır, ruhun xəstəliyi isə qəzəb, narahatlıq və kədər kimi əlamətlərlə səciyyələnir.

Əl-Bəlxinin ruhun mənəvi olaraq qidalanması haqqında yazdığı səkkiz fəslin başlıqları psixoterapiya və gigiyena haqqında müasir kitabların məzmunu ilə eynilik təşkil edir. Ərəb nəsrinin ustadlarından olan alim başa düşülən formada normallıq və qeyri-normallıq, eləcə də sadə və emosional pozuntu problemi olan insanların ani emosional reaksiyaları arasındakı fərqləri göstərir. Əl-Bəlxi həm önləyici tədbirlərin alınmasının əhəmiyyətini, həm də terapevtik yanaşmaları qeyd edir. O, koqnitiv və psixoloji fəaliyyətlərin əhəmiyyətini də vurğulayır. Kitabın ilk iki fəslində psixoloji vəziyyətin vacibliyini və psixoloji pozuntuların fiziki xəstəliklərdən necə qorxulu olduğunu göstərir. Əl-Bəlxi yaradıcı psixomənəvi, koqnitiv terapiya vasitəsilə narahatlıq, depressiya, qəzəb və vəsvəşəyə qalib gəlməyin yollarını izah edir. O, maraqlı və dəqiq kontekstə uyğun izahatlar və nümunələr verməklə mövzunu daha təfəsilatlı şəkildə diqqətə çatdırır.

Məsələn, qorxu və narahatlıqla bağlı nevrozdan bəhs edərkən Əl-Bəlxi insanın öz işini itirməsi, xəstələnməsi, ildırım vurması və ya ölməsi kimi gələcəkdə baş vermə ehtimalı olan problemlərlə bağlı keçirilən narahatlıq və qorxu hisslərini aydın nümunələr verməklə izah edir və mövzuya maraqlı yanaşma nümayiş etdirir. Sonra isə müasir davranış terapevti kimi izah edir ki, insanların qorxularının mütləq əksəriyyəti əsassızdır. Alim öz fikirlərini sübut etmək üçün soyuq, rütubətli ölkəyə səfər edən

və qorxudan titrəyən bədəvinin dumanı görüb bunu sərt və keçilməz əşyaya bənzətməsini nümunə kimi göstərir. Amma bədəvi sonradan dumanın nəfəs aldığı havadan fərqlənməyən rütubətli hava olduğunu gördükdə rahat nəfəs alır və qorxularının əsassız olduğunu dərk edir (19).

Əl-Bəlxi nevroz xəstəliyi olan insanlar üçün düzgün terapiya yollarını göstərməklə yanaşı, normal insanların emosional anormallıqları ilə bağlı mövzuya da toxunur. O bu vəziyyəti emosional pozuntunun zəif forması kimi təsvir edir. Bu cür insanları “nevroz” adlandırmayan alim onları ani emosional reaksiya vermə vərdişinə sahib insanlar kimi təqdim edir. Bu, müasir psixologiya və psixoterapiyada ən çox ehtiyac olunan yanaşmadır, çünki bu məsələ səhvən tibbi müstəvidə nəzərə alınsa, onda həmin insanlara xəstə kimi yanaşılacaq. Halbuki burada əsas məqsəd ruhən narahat insanlara psixoloji olaraq kömək göstərməkdir (20).

Əl-Bəlxi təfəkkür etdikdən və ciddi tibbi müşahidələr apardıqdan sonra depressiyanı üç növə bölür ki, bu da psixiatrik simptomların ən son sinifləndirilməsi ilə eynidir: DM-111-R. O, müasir klassifikasiyada “normal depressiya” adlanan ilk növü gündəlik kədər və pərişanlıq kimi təqdim edir. Çünki bu dünyanı problemsiz və əziyyətsiz təsəvvür etmək mümkün deyil. O, ikinci və üçüncü növ depressiya arasındakı fərqi aşkar şəkildə göstərir. Çünki bunlar müvafiq olaraq daxili və bioloji səbəblərdən bədənə baş verən daxili depressiya pozuntuları və bədənin xaricindəki faktorlarla əlaqəli olan xarici depressiya pozuntularıdır. Aşağıda yazılanları oxuyandan sonra psixiatriya və psixologiya ilə bağlı məlumatı olan oxucular bu müsəlman mütəfəkkirin necə dəqiq müşahidələr aparmasına və bu iki növ arasında dəqiq fərqi müəyyən etməsinə bir daha şahid olurlar: “Kədər və depressiyanın (hüzn) iki

növü olur. Birinci növ insanın çox sevdiyi qohumunun dünyadan köçməsi, iflas olmaq və ya çox dəyərlı bir əşyanı itirmək kimi xarici və ətraf mühit faktorları ilə əlaqəlidir. Digər növün dəqiq bilinən bir səbəbi yoxdur. Bu, insana anıdən uzun müddət davam edən kədər və depressiyanın hakim kəsilməsi, onun fiziki iş görmək üçün həvəsinin olmaması və heç cür xoşbəxt ola bilməməsi ilə xarakterizə olunur. Həmin insan bu gərginliyin və narahatlığın konkret səbəbini bilmir. Depressiyanın sonuncu izah etdiyim və dəqiq səbəbinin bilinmədiyi növü qanın natəmizliyi və buna bənzər başqa dəyişikliklər kimi fiziki simptomlarla əlaqəlidir.... Bunun qarşısının alınması üçün qanın təmizlənməsi kimi tibbi müalicə yolları seçilməlidir” (21).

Bu elmi yanaşmalara təxminən on bir əsr diqqət yetirilməmişdir. Bu yazılanlar səhv olaraq əsərləri on doqquzuncu əsrin əsrin sonlarında dərc edilən və müasir psixiatrik sinifləndirmə sisteminin banisi olaraq təqdim olunan Emil Kraepelinin adı ilə əlaqələndirilmişdir.

Bunlar elmi intibahın əsasının Allahın yaratdıqları və onun qanunları haqqında təfəkkür etmək olduğu vaxtda müsəlman dünyasında eksperimental elmin inkişafını göstərən bəzi nümunələrdir. Bu, insanların fitri təbiətinin və mənəvi mahiyyətinin dərk edilməsinə əsaslanan, fiziki reallıqların və mənəviyyatın ahəng içində əlaqələndirildiyi, sistemli və kamil bir sivilizasiya idi. Əfsuslar olsun ki, müasir müsəlman cəmiyyətləri əcdadlarının inkişafına təkən verən bu dəyərlərə sadıq qalmağı bacarmadılar. Avropalıları isə materialist və dünyəvi görüşlərə əsaslanan və texnoloji inkişafın hakim olduğu dünyəvi sivilizasiyalar formalaşdırdılar.

Qərb sivilizasiyasında insanların maddi rifahı yaxşı olsa da, texnologiya və elm sahələrində inkişaf etsələr də, mənəvi böhran içindədirlər. İslam sivilizasiyasından

fərqli olaraq Qərbdə ruh məfhumu qəbul edilmir və din dünyəvi elmin tanrısı ilə əvəz olunmuşdur. Ruhun qəbul edilməməsi müasir dünyəvi cəmiyyətlərdə insanların xoşbəxt ola bilməməsi və nevroz insanların sayında artımın müşahidə edilməsi, narkotik maddə aludəçilərinin günü-gündən çoxalması, cinayət və intihar meyillərinin və boşanmalarla bağlı statistikanın dəhşətli dərəcədə artması, uşaqların abort edilməsi və yaşlılara hörmətin edilməməsi kimi problemlərin əsas səbəbidir.

Əgər bir insan ruha, axirət dünyasına inanmırsa, onun dünyagörüşündə dini fikirlər əks olunmursa, həmin insan materialist həyatdan zövq almağa çalışan və xoşlaşmadığı hadisələrdən uzaq duran əyləncəsevər heyvandır. Bu qrupa daxil insanlar hər hansı problemlə üzləşdikdə, xəstələndikdə və ya yaşlandıqda dərhal depressiyaya düşürlər, narahatlıq və gərginlik onları rahat buraxmır. Bu kimi hallar nevroloji və psixiatrik pozuntulara yol açır və həmin insanlar çıxış yolunu alkoqol, narkotik maddələr və ya intiharda görürlər. Onlar məsələlərə belə yanaşırlar: Əgər insanlar Allah tərəfindən onlara bəxş edilən ruha inanmırlarsa, niyə qadınlar planlaşdırılmayan uşaqları doqquz ay qarınlarında daşımalıdır? İnsanlar dözülməz ağrılardan və ya müalicəsi olmayan xəstəliklərdən əziyyət çəkirlərsə və axirət dünyasına və ruhun əbədi olaraq sağ qalmasına inanmırlarsa, niyə bu “mənasız” ağrılara dözməlidirlər?

İslam dinindən uzaqlaşma və cəmiyyətdə mənəvi məsələlərə biganə qalma ən böyük faciə hesab edilməlidir. İslam dininin hakim olduğu sivilizasiyalara alternativ başqa heç bir cəmiyyət mövcud deyil, çünki bu dində elm və din mükəmməl ahəng yaradır və insanların tək olan Allaha itaət və iman etməsinə yol açılır. İbn Sina, Əl-Bəlxî və İbn Əl-Haytəm kimi alimlər xəstəxanalarda, laborato-

riyalarda elmlə məşğul olmuşlar, amma yəqin ki, onlar uzun müddətli meditasiya üçün məscidlərdə vaxt keçirən möminlərlə eyni mükafata layiq görülərlər və ola bilsin ki, onların mükafatı daha yüksək olar.

Bunlar daha əvvəl qeyd edilən və insanların və heyvanların fərqli rənglərdə olması haqqında təfəkkür etməklə bilik əldə edən insanlar haqqında Quran ayələrini xatırladır (35:27 və 28). Bir çox hədisdə ancaq ibadət edən şəxslərlə müqayisədə elm əhli müsəlmanların daha üstün olması vurğulanmışdır. Bu hədislərin birində Məhəmməd peyğəmbərin ibadət edən möminlərlə müqayisədə alim və ya dərin elmi insanların Allahı daha yaxşı dərk etdiyini deməsi rəvayət olunur (22). Bu, İslam dinində geniş yayılan bir deyimi də xatırladır: “Alimin mürəkkəbi şəhidin qanından daha üstündür”. Bu yanaşmalar Əl-Həsən Əl-Bəsri və Ömər ibn Əbdüləzizin aşağıda qeyd edilən fikirlərini də təsdiq edir: “Bir saatlıq təfəkkür etmək bütün gecəni ibadət etməkdən daha üstündür” və “Allahı zikr etmək saleh əməldir, amma Allahın nemətləri, lütfəri haqqında təfəkkür etmək ibadətin ən yaxşı formasıdır”.

Bunların təhlil edilməsi ilə biz İslam dinin ortaya çıxmasından sonrakı bir neçə əsr ərzində yaşayan müsəlman alimlərin din və elm arasında güclü əlaqə yaratmasına şahid oluruq. Amma buna müasir Qərb sivilizasiyasında və beynəlxalq elmi ictimaiyyətdə rast gəlmək olmur. Təəssüflər olsun ki, bir çox “dünyəvi” müsəlman alimləri yeni modellərə üstünlük verərək bu istiqamətdə fəaliyyət göstərirlər. Qəribə görünsə də, müsəlmanlar ictimai, sosial və elmi fəaliyyətlərinə mənəvi prizmadan yanaşmaqdan uzaqlaşırırlar. Bu prosesdə Qərb dünyası elm, din və dünyəviləşmə arasında yaranan sosial problemləri qəbul edir. Qərb dünyasının bir çox mütəfəkkirləri bu süni parçalanma prosesinə açıq şəkildə etiraz edirlər. Məsələn, məşhur

amerikalı psixiatr Skot Pek (Scott Peck) ən çox satılan kitablar siyahısında yer alan “Yalançı insanlar” adlı əsərində yazır: “Bu qərribə vəziyyətin əsas səbəbi budur ki, uzun müddət dini və elmi modellər yağ və su kimi fərqli sıxlıqda olan və qarışması mümkün olmayan iki ayrı maye kimi nəzərə alınmışdır. Buna görə də din və elm qarşılıqlı olaraq bir-birini rədd edən və uyğun olmayan modellər kimi qiymətləndirilmişdir”.

On yeddinci əsrin sonlarında Qalileo Qalileylə bağlı hadisə hər iki sahə üçün təhlükəli hesab edildikdən sonra din və elm arasında əməkdaşlıq haqqında yazılmamış sosial müqavilə əsasında yaxınlaşma hiss olundu. Dünya demək olar ki, məcburi şəkildə “təbii” və “fövqəltəbii” olmaqla iki hissəyə bölündü. Din xadimləri təbii dünyanın elm adamları üçün əsas araşdırma obyektı olması ilə razılaşdı. Elm adamları isə öz növbəsində mənəvi məsələlərə qarışmamaq öhdəliyi göturdülər. Əslində, elm özünü “dəyərlərdən azad olan” bir anlayış kimi təqdim etməyə başladı” (23).

Skot Pek “Ruhun inkar edilməsi” kitabında Qərb elmində ruhun inkar edilmə səbəblərini izah edir. Müəllif elm adamlarının ateist mövqe tutmasına və amerikalı din mütəxəssislərinin bu mövqe qarşısında sakit qalmasına kəskin etiraz edir: “Ruh sözünə, demək olar ki, ibtidai sinifdə oxuyan hər şagirdin lüğət dəftərində rast gələ bilərik... Elə isə niyə bu sözə psixiatrların, bu sahədə çalışan mütəxəssislərin və həkimlərin peşəkar leksikonunda rast gəlinmir?”

Bunun iki səbəbi var. Birincisi budur ki, ruh anlayışında həm də Allah anlayışı öz əksini tapmışdır. “Allah haqqında danışmaq” dünyəvi peşə istiqamətlərinin xaricində olan bir şeydir. Bu sahələrin ayrı-ayrı təmsilçilərinin dindar olması mümkündür, amma onlar digər iş

yoldaşlarını narahat etmək, ya da işlərini itirmək istəmir-lər. Məsələ burasındadır ki, onların peşəkar iclaslarında və görüşlərində Allah və ruh haqqında danışmaq siyasi mənada yanlış addım olardı.

Digər səbəb isə bu peşə sahiblərinin intellektual dö-zümsüzlük səbəbilə ruhun bütövlükdə izah edilməzliyinə inanmalarıdır... Dünyəvi insanların kütləvi şəkildə ruhu inkar etməsi məni narahat etmir... Məni narahat edən din-dar insanların öz dinlərinə ciddi yanaşmamalarıdır” (24).

Benson “Müddətsiz şəfa” əsərində müasir dünyada imanın elmlə əvəz olunmasını kəskin şəkildə tənqid edir. O, sərt mövqe nümayiş etdirərək Allaha inanmağı gene-tika aspektindən də təhlil edir. Benson inancları qəbul et-məyən və genetika koduna qarşı çıxan ateistlərin niyə səfil və meşşan həyat tərzini yaşamalarını genetika aspektindən izah edir. O, irsi əlaqəni Darwinin təkamül nəzəriyyəsi nöqtəyi-nəzərindən izah edir və belə mənzərə ortaya çıxır ki, Qərbdə alimlər arasında anti-din münasibəti bu təka-mül prosesi ilə əlaqəlidir. Bu çox vacib məsələdir, çünki Benson vurğulayır ki, İslam dinində Allaha iman insan təbiətinə (fitrətinə) xasdır. İslam dininə görə, iman bioloji təsadüfdən deyil, Allahın Adəmə üflədiyi ruhdan qaynaq-lanır. Benson yazır: “Biz (alimlər) hətta yeni məlumatlar əldə edəndə və sirləri çözüdə də nə isə boşluq hiss edi-rik və fəaliyyətimiz bizi qane etmir. İnsanı uzun müddət təsəlli edən tək şey imandır. Bunun səbəblərindən biri də xəstəlik və ölüm kimi qaçılmaz reallıqlara qarşı tək müva-fiq addım sonsuz qüdrət sahibi Allaha iman gətirməkdir.

Bu nöqtəyi-nəzərdən mən iddia edirəm ki, Allaha inan-maq genetik olaraq bizim təbiətimizə xasdır. Təbii seçim prosesi ilə mutasiyaya uğramış genlər imanı bizim əcdad-larımızın yaşaması üçün əhəmiyyətli hesab etmiş və buna görə də bizə də eyni neməti ötürmüşlər. Belə nəticəyə gəl-

mək olar ki, təkamül dinin təbliğ olunması baxımından əhəmiyyətli, çünki bu proses iman, ümid, sevgi kimi həyatımızın ayrılmaz tərkib hissəsi olan duyğular üçün beynimizə siqnal göndərir" (25).

Dünyəvi Qərb elmində dini nüfuzdan salıb onun yerini tutması gözlənilən son kəşflərin həm yeni elmi inqilaba səbəb olması, həm də ilkin vəziyyətinə qayıtması qərībədir. Ziddiyyətli məqam isə budur ki, bu prosesdə dəqiq elmlərin "şahı" fizika aktiv rol oynayır. Bu mövzu ilə bağlı ən yaxşı məlumatı Ronald Vale və Rolf von Ekartsberg tərəfindən qələmə alınan "Şüurlu vəziyyətdə olmağın metaforası" adlı əsərə yazdığı ön sözdə Fritjof Kapra (Fritjof Capra) verir: "Fizika elmi köhnə paradigmanın yenidən formalaşmasında çox mühüm rol oynamışdır... bu elm sahəsi dəqiq elmlərin parıldayan günəşi olmaqla yanaşı, digər elmlər üçün nümunəvi modeldir. Amma indiki paradigma yüzilliklər boyu cəmiyyətimizdə dominant olan dəyərlərlə bağlı kompromisə gedir...

On ikinci əsrdə fizika elmindəki konseptual inqilablar dünyanın üzvi və ekoloji cəhətdən başa düşülməsinə təkan verən mexaniki dünyagörüşünün məhdudiyyətlərini ortadan qaldırmış və bütün dövrlərdə mövcud olan mistik görüşlərlə eynilik nümayiş etdirmişdir.

Müasir fizikada şüurluluq məsələsi müşahidə və ölçü problemi ilə birlikdə kvant nəzəriyyəsində əks olunmuşdur. İnsanın şüurlu vəziyyətinin qəbul edilməsi və müşahidə olunan atomun xassələri nəticəsində alimlər bu qənaətdə gəldilər ki, ağıl və maddə, müşahidə edənle edilən arasında dəqiq sərhəd müəyyən etmək mümkün deyil" (26).

Nikbin insanlarda belə bir düşüncə hakim kəsilsə bilər ki, bu cür ilhamverici sözlər dindar olmayan və özlərinə arxayın Qərb alimlərinin fikirlərini dəyişə bilər. Həmin

Qərb alimləri bu fikirdədirlər ki, onlar sosial və fiziki hadisələri müstəqil şəkildə müşahidə edirlər və apardıqları təcrübələrdən sonra əldə etdikləri nəticələrin Allahla əlaqəsi yoxdur. Əfsuslar olsun ki, ixtisasları ilə bağlı çox məsələni dərk edib əsas məğzi başa düşdükdən sonra çox az alim əvvəlki düşüncələrindən əl çəkib məsələlərə daha fərqli aspektdən baxmağa başlamışdır. Benson bu ideyanı müfəssəl şəkildə izah etmişdir: “Aparılmış sorğular nəticəsində məlum olmuşdur ki, Qərbdəki alimlərin mütləq əksəriyyəti özlərini ateist hesab edirlər. Amma belə bir məsələ var: “Elmlə az məşğul olmaq insanı Allahdan uzaqlaşdırırsa, elmə çox vaxt ayırmaq insanı yenidən Allaha yaxınlaşdırır” (27).

Skot Pek, Benson və Kapra kimi Qərb mütəfəkkirlərinin yazdıqlarından da məlum olur ki, insanların xoşbəxt olması üçün aparılan islahatlar və elmi tərəqqi insan fəaliyyətləri ilə ilahi hikmət arasında tarazlığa əsaslanmalıdır. Allahın yaratdıqlarında əlamətləri görmək, bunları yenidən kəşf etmək üçün alimlərin tək yolu ancaq yuxarıda yazılana əməl etməkdir. Bu haqda Quranda belə buyrulmuşdur: “Göylərdə və yerdə nə varsa, hamısını öz tərəfindən sizin ixtiyarınıza qoyan da Odur. Həqiqətən, bunda düşünüən bir qövmlər üçün ibrətlər vardır!” (45:13).

Təəssüf hissi ilə bildirmək istəyirəm ki, materialist dünyagörüşünə malik insanlar təbiətdəki harmoniyanı tamamilə fərqli aspektlərdən yozur və bunu bir “müharibə” müstəvisində təhlil edirlər. Təbiət insanların düşməni rolunda göstərilir və hər bir kəşf və ya icad mətbuatda “təbiət üzərində qələbə” kimi təqdim olunur. Bu məsələ ilə bağlı fikirlərini bölüşən Seyid Qütb yazır: “Yolunu azmış romalıların varisləri olan qərblilər (Burada dinə düşmən mövqe nümayiş etdirən qərblilər nəzərdə tutulur – red.) “təbiət qüvvələrindən istifadə etmək” əvəzinə “təbiət üzə-

rində qələbə çalmaq” ifadəsini istifadə edirlər. Bu ifadənin istifadə edilməsi sırf dünyəvi materialist fəlsəfə yanaşmalarını əks etdirir və Allahın qüdrətinə biganə qalmağın göstəricisidir. Amma ürəkləri Allah sevgisi ilə döyünən, ruhları onu vəsf edən hər şeyə yaxın olan həqiqi müsəlmanlar zərrə qədər də tərəddüd etmədən hər şeyi Allahın yaratdığına inanırlar. Onlar dərk edirlər ki, insanların təbiətlə mübarizə aparmasına və ya ona rəqib olmağa heç bir ehtiyac yoxdur. Allah hər şeyi bir və ya eyni qanunlarla yaratmışdır, ona görə də bunlar arasında əlaqə olmalıdır. Allah əzəldən hər şeyi insanların ixtiyarına vermiş və insanların sirləri kəşf etməsi üçün imkan yaratmışdır. İnsanlar hər bir nailiyyətlərində Allahı xatırlamalı və onlara belə bir şans verdiyinə görə ona minnətdar olmalıdırlar. Hər şeyi insanın ixtiyarına verən Allahdır və insan heç bir təbiət hadisəsinə qalib gələ bilməz” (28).

Müasir dünya təcili bu müharibəyə son verərək elm və təbiət arasında daimi ahəngə nail olmalıdır. Artıq bundan sonra səmimi elm xadimləri, alimlər və mütəfəkkirlər kainata qarşı heç bir mənfi iddia ilə çıxış etməzlər. Onlar da İbn Əl-Haytəm, Cabir ibn Xəyyam və Əl-Xarəzmi kimi qəlbləri və ağılları ilə Allahın yaratdıqları haqqında təfəkkür edən alimlər kimi ola bilərlər.

Əvvəlki illərdə yaşayan, Allahın yaratdıqları haqqında təfəkkür edən müsəlmanlar peyğəmbərin sünnəti və hədislərinin təsiri altında olmuşlar. O, təbiətdəki cansız əşyalar haqqında tez-tez danışaraq bunların timsalında Allaha olan sevgisini və itaətini ifadə etmişdir. Məsələn, peyğəmbərimiz Məkkədən Mədinəyə hicrət edərkən Allaha olan sevgisi və hörmətini göstərmək üçün yeni doğan aya müraciət etmişdir. Allah həm peyğəmbəri, həm də ayı xəlq etmişdir, ona görə də aləmin Rəbbi olan Allaha təriflər deyilməlidir. Məhəmməd peyğəmbər aya belə

demişdir: “Ey hilal ay, mən səni yaradan rəbbimə iman gətirmişəm. Ey gözəl ay, mənim və sənin rəbbin Allahdır” (29). Peyğəmbər Mədinədəki Uhud dağına da sevgi ilə müraciət etdikdən sonra səhabələrinə demişdir: “Uhud elə bir dağdır ki, biz onu sevirik, o da bizi” (30).

Əgər təbiətdəki cansız əşya və obyektlər belə bir sevgi və hörmətə layiq görülürsə, onda oxucularım peyğəmbərin bitkilərə, heyvanlara və insanlara olan sevgisinin böyüklüyünü təxmin edə bilərlər. Belə rəvayət olunur ki, peyğəmbərimiz öz pişiyini ac və susuz halda qapalı yerdə saxlayıb həmin heyvanın ölümünə səbəb olan qadının cəhənnəmə gedəcəyini demişdir (31). Digər tərəfdən isə bir pozğun qadın səhrada susuz qalan bir köpəyə su gətirmək üçün quyuya düşdüynə görə onun cənnətə gedəcəyi də söylənilmişdir (32). Bütün bunları nəzərə alıqda müsəlmanların təbiətlə düşmən olduqlarını düşünmək qeyri-mümkündür.

## NƏTİCƏ

Bu araşdırmamda Allahın yaratdıqları ilə bağlı təfəkkür və meditasiya etməyin bütün müsəlmanlar üçün əhəmiyyətini izah etmişəm. Çünki təfəkkür dini öhdəlikdir. Mən müsəlmanların Allahın yaratdıqlarını xatırlayaraq ibadət etmələrinin zəruri olması ilə bağlı hədisləri və Quran ayələrini də diqqətə çatdırmağa çalışmışam. Bura ilahi hikmətləri dərk edərək ibadət edən şəxslərin təriflənməsi və yaradılış haqqında düşünməyib iman gətirməyənlərin qınanması kimi məsələlər də daxildir. Əslində, heç bir müsəlman Allahın qüdrəti, mərhəməti haqqında təfəkkür etmədən namaz qıla və zikr edə bilməz, çünki zikr olmadan təfəkkürə nail olmaq mümkün deyil. Daha əvvəl də yazdığım kimi, bunlar bir sikkənin iki üzü kimidir.

Bundan əlavə, əgər müsəlmanlar transsendental səyahətlərində daha ali mənəvi dərəcəyə çatmaq istəyirlərsə, bunun tək yolu dərindən təfəkkür etməkdir. Müsəlmanlar sadə qavrama prosesindən hadisələri, əşyaları dərindən idrak etmə mərhələsinə keçdikcə qəlblərinin və ağıllarının Allah sevgisi ilə nurlandığı mənəvi mərhələyə çatacaqlar. Onlar kainatdakı hər şeyin fiziki və mənəvi olaraq yaradana itaət etməsinə, onun mərhəməti və rəhmətinə ehtiyacı olduğuna şahid olacaqlar. Bu səviyyəyə çatan müsəlmanlar dünyanın ən xoşbəxt və bəxtiyar insanlarıdır.

Mənəvi inkişafa nail olmaq istəyən müsəlman oxucu ümid edirəm ki, müsəlman fərdlər arasında təfəkkür etməklə bağlı fərqliliklər və təfəkkürün dərin olması ilə əlaqəli doqquz faktor haqqında müzakirə olunan məsələlərdən ciddi şəkildə faydalanacaq. Bu işi səmimi qəlbədən arzu

edən şəxs öz mənəvi vəziyyətini, diqqətini cəm etmək qabiliyyətini, içində olduğu mühitlə bağlı vəziyyətləri bir daha gözdən keçirəcək və təfəkkür etmək üçün ona mane olan mənfi vərdişlərdən əl çəkməyə və buna əks olan faktorlarla həmin vərdişləri neytrallaşdırmağa cəhd edəcək. Əgər bunu səmimi qəlbdən və mütəmadi olaraq edərsə, onda təfəkkür prosesi daha da asanlaşacaq və vərdiş halına gələcəkdir.

Amma bu da xatırlanmalıdır ki, insanlar təfəkkür etmə qabiliyyətinin inkişaf etdirilməsində də fərqliliklər nümayiş etdirirlər. Məsələn, bəzi insanlar müqəddəs bir əməl olaraq dərindən təfəkkür etməyə üstünlük verirlər. Digər insanlar isə kiçik varlıqlar və uzaq qalaktikalarda Allahın yaradılışdakı əlamətləri ilə bağlı məlumatlar əldə etməyə və bunların nəticəsində Allahın möcüzələrindən təsirlənməyə, gecə və səhərə doğru ibadət və ya zikr etməyə üstünlük verə bilirlər. Təbii ki, səmimi olan və bu işdə qarşısına ciddi hədəf qoyan insanlar Allahı daha yaxşı dərk edir və mənəvi rahatlıq tapırlar. Bunu da vurğulmaq lazımdır ki, hər hansı bir vərdişin və ya davranışın daimi olaraq dəyişməsi üçün vaxt və enerji lazımdır.

Ümid edirəm ki, psixoloji nöqtəyi-nəzərdən təfəkkürün izah edilməsi və müsəlman alimlərinin bu mövzu ilə bağlı fəaliyyətlərinə həsr olunmuş ilk iki fəsil psixologiya və psixoterapiya sahəsində fəaliyyət göstərən həmkarlarım üçün faydalı olacaq. Bütün mədəni elementlərin eyniliyinə baxmayaraq, Avropa psixoloqları psixologiyanın amerikanlaşdırılmasından şikayət edirlərsə, bəs biz onların nəzəriyyələrindən və praktiki fəaliyyətlərindən necə istifadə edə bilərik? Bunu da nəzərə almaq lazımdır ki, bunların böyük qismi Qərb cəmiyyətlərində istifadə olunmur. Artıq Qərb psixoloqları başa düşüblər ki, qeyri-müvafiq və amerikanlaşdırılmış psixologiyanın üçüncü dün-

yada təbliğ edilməsi müstəmləkəçilik dövründən qalan istismar ənənəsidir. Corctaun Universitetinin psixoloqu Fətəli Moğaddam və Oksford Universitetinin psixoloqu Romana Harre “Bu elmdir? Sosial davranışa ənənəvi və alternativ yanaşmalar” adlı məqalədə aydın formada üçüncü dünya ölkələrində insanların amerikanlaşdırılmış Qərb psixologiyasının əqli cəhətdən quluna çevrilməsini araşdırmışdır. “Psixologiyayı beynəlxalq kontekstdə şəkilləndirən ən əhəmiyyətli faktor hələ də ölkələr arasında və daxilində bərabərsizliyə rəvac verməkdir. Üçüncü dünyanın inkişaf etməsinə psixologiyanın heç bir töhfə verə bilməməsinin ən böyük səbəbi də bu bərabərsizlikdən və təbii ki, qeyri-etik məsələlərdən qaynaqlanır... Hətta mübadilə sistemi çərçivəsində üçüncü dünya ölkələrinə etibarlılığı və doğruluğu şübhə doğuran uydurma psixoloji “biliklər” təqdim edilir (mənim qeydim)”.

Bu alimlər hal-hazırda Amerika psixologiyasının dünyanın hər tərəfində hakim qüvvə olmasının səbəbini və bunun inkişaf etməkdə olan ölkələrdə psixologiya sahəsində təhsil alan tələbələri necə asılı vəziyyətə gətirdiyini də izah edirlər: “Amerika Birləşmiş Ştatları özünü psixologiya sahəsində tək super güc elan edir... Dünyanın bütün ölkələrində psixologiya ABŞ maraqları çərçivəsində təbliğ olunur və demək olar ki, ötürülən məlumatların və biliklərin müvafiq olub-olmamasına fikir verilmir... Hətta üçüncü dünya ölkələrinin psixoloqları ABŞ və bəzi Qərb ölkələrində təhsil alırlar. Onlar bu mövzuda təlimlərə və proqramlara cəlb olunduqda uyğunluq məsələləri çox vaxt nəzərə alınmır. Bu vəziyyətlərin davamlı olması müstəmləkəçilik vasitəsilə formalaşan ənənələrin davam etdirilməsinə, həmin ölkələrin ABŞ və Qərbdən asılılığına təkan verir (mənim qeydim)” (1).

Qərb psixologiyası zərərli, qeyri-müvafiq və faydasız dünyəvi dünyagörüşünə əsaslanan nəzəriyyələr və təcrübələrə əsaslanır. Məsələn, Ziqmund Freyding psixoanaliz nəzəriyyələri və terapiyasında əsas diqqət cinsi və aqressiv instinktlərə verilir və bu fikirlər 70 ildən artıq müddətdə Qərb psixologiyasında hakim düşüncəyə çevrilmişdi. Bunlar sonradan radikal davranışçı paradigma ilə əvəz olundu. Davranış terapiyası fobiya kimi spesifik pozuntuların müalicəsində uğurlu hesab edilsə də, insan təbiətinin mənəvi tərəfinin nəzərə alınmaması baxımından psixoanaliz kimi təhlükəli və qeyri-müvafiqdir. Müasir koqnitiv inqilabdan sonra Qərb psixoterapevtləri pasiyentlərin şüurunun və aqlının böyük təsirə malik olması reallığını başa düşdülər və dinə, mənəviyyata hörmət etməyə başladılar. Bu, böyük inqilabdır. Çünki bunun nəticəsində başa düşüldü ki, emosional pozuntuların səbəbi nə şüuraltı cinsi problemlər, nə də ki ətraf mühit impulslarıdır. Bunlar tək başına emosional pozuntulara səbəb ola bilməz. Koqnitiv inqilabdan sonra ağah oldu ki, bu problemin səbəbi insanların bu cür təcrübə və kənar impulslara dair təsəvvür və düşüncələridir. Ruhun, mənəvi duyğuların nəzərə alınmadığı psixoterapiya nəzəriyyələrinin faydasız olması başa düşüləndən sonra daha əvvəl istifadə olunan metoda — emosional pozuntuların müalicə olunması üçün sağlam fikrə əsaslanan koqnitiv müalicə üsuluna — müraciət edildi. İlk müsəlman alimlərinin İslam dini aspektindən koqnitiv psixologiya sahəsi ilə bağlı fəaliyyətləri haqqında məlumatın verildiyi fəsildə də yazdığım kimi, müsəlman təbibləri və alimləri bu cür koqnitiv terapiya metodlarını diqqətli şəkildə öyrənib araşdırmışlar.

Əgər bir insan dindardırsa, onun bu dünya ilə bağlı bütün konsepsiya və təcrübələri dini inanclar çərçivəsində olur. Mənəvi təcrübələri nəzərə almadan bu cür insanla-

ra psixoloji yardım etmək heç vaxt səmərəli olmaz. Buna görə də heç bir bir terapevt dünyagörüşü İslam dininin tələbləri əsasında formalaşan bir müsəlmanı köhnə Qərb metodları ilə müalicə edə bilməz.

Müsəlman alimlər haqqında yazdığım fəsil ümid edirəm ki, vaxtının çoxunu araşdırmaya həsr edən və laboratoriyalarda keçirənlər üçün faydalıdır. Bəzi gənc tədqiqatçılar belə fikirdə olurlar ki, alimlər hər hansı bir kəşf və icad üçün nəzəri, induktiv və deduktiv metodlara ciddi əməl edirlər. Amma problemlərin müəyyən edilməsi, fərziyyələrin hazırlanması, təcrübələrin aparılması, məlumatların toplanılması və fərziyyələrin doğru olub-olmamasını dəqiqləşdirmək məqsədilə yeni təcrübələrin keçirilməsi üçün nəzərdə tutulan məsələlər bakalavr təhsili alan tələbələr üçün vacib təlimatlardır. Əslində isə gözlənilməz intuisiyaya yol açan dərindən fikirləşmə və təfəkkür anlayışı alimlərin etiraf etdiklərindən də geniş anlayışdır. Bəzi hallarda isə kəşf və icadlar təsadüf nəticəsində baş verən hadisələr və ya “səhvlər”lə əlaqəlidir.

Mənəvi məsələlərdən ilham alan müsəlman alimlər dərk edirlər ki, onların axtardıqları hər şey Allahın sonsuz elmində mövcuddur və bunun əldə olunması səylə çalışmaq, dərindən təfəkkür və səmimi ibadət nəticəsində mümkün olacaq və problemlər həll olunacaq. Bu, məsəddə ibadət edən bir müsəlmanın əməlindən daha üstündür. Onu da deyim ki, biz intellektual problemlərin həll edilməsi və darda olduğumuz vaxtlarda çıxış yolu tapmaq üçün namazın, ibadətin və duanın əhəmiyyətini çox vaxt nəzərə almırıq. Amma Allah bu problemləri ancaq özünün həll etdiyini Quranda aydın formada nəzərə çatdırır: “Darda qalan kimsə yalvardığı zaman ona cavab verən, şəri sovuşduran və sizi yer üzünün varisləri edən kimdir?” (27:62).

Yeni həll üsulunu tapmağı səbirlə gözləyən bir elm adamının nələr çəkdiyini ən yaxşı şəkildə eyni vəziyyətə düşən şəxslər başa düşə bilərlər. Şəxsən mən sidqi-ürəkdən Allaha və dinə bağlı olan, magistratura və doktrantura təhsili alan iki müsəlman tələbə tanıyıram. Onlar araşdırmalarında lazımi nəticələrin alınmasında ciddi çətinliklərlə üzləşirdilər. Ona görə də saatlarla laboratoriyalarda çalışır və nəticələrin alınması üçün Allaha yalvarırdılar. Beyrutdakı Amerikan Universitetinin tələbəsi olan bir gənc cihazları, ləvazimatları hazırlayıb təcrübəyə başladı, sonra isə uzun müddət səcdədə qalaraq Allaha nəticənin alınması üçün yalvardı. O, alnını laboratoriyanın daş döşəməsindən qaldırmayaraq dua edirdi. Sonrakı günlərdə isə onlara anıdan düzgün kimyəvi proses agah oldu. Onlardan biri bu prosesi intuisiya olaraq başa düşdü, digəri isə bu kimyəvi formulu yuxuda görmüşdü. O, yuxudan oyanan kimi həmin formulu dərhal bir yerə qeyd etmişdi.

Müasir dünyəvi psixoloqlar və qərbliləşmiş bəzi müsəlman alimləri bunu gestalt psixologiya nəzəriyyəsi nöqtəyi-nəzərindən (məsələn, əlində iki qısa çubuq olan meymunun anıdan yeni ideaya malik olduqdan sonra çubukları birləşdirərək uzun çubuğa malik olması və bananı əldə etməsi) və ya instinktiv öyrənmə aspektindən izah etməyə çalışırlar. Yuxular cinsi və apressiv instinktlərin reallaşması və lazımsız məlumatların unudulması, yaxud beyinin izah etməyə cəhd göstərdiyi boş sinir impulsu kimi nəzərdən keçirilir. Bu cür dünyəvi dünyagörüşündə yuxuların mənəvi perspektivdən və ilahi biliklərin əldə edilməsi üçün şans yaratması baxımından qiymətləndirilməsi mümkün deyil.

Qərb alimləri bu cür materialist düşüncələrə sadıq qalırlar, çünki onların düşüncəsinə görə, Allah, mənəviyyat və ruh kimi anlayışlar bu məsələlərin həll edilməsində

vasitə ola bilməz. Əvəzində onlar həmin hadisəni (fenomeni) dünyəvilik baxımından təsvir etdiklərini və yeni termin yaradaraq bu hadisənin sirrini aşkara çıxardıqlarını güman edir, həmin terminin istifadəsi zamanı süni əminlik hissinə qapılırlar. Bəzi hallarda bu cür terminlər başqa psixoloji hadisələrin “izah edilməsi” üçün xüsusi rol oynayır. Məsələn, qeyri-müəyyən olan təlqin termini hipnoz vaxtı baş verənləri izah etmək, hipnoz termini də təlqinin mühüm rol oynadığı şüurlu vəziyyətin dəyişdirilməsini ifadə etmək məqsədilə istifadə olunur. Müasir psixologiyada hipnoz və təlqin kimi terminlər hələ də dəqiqliklə izah edilə bilmir. Bəlkə də bunun səbəbi sözügedən terminlərin sadə davranış paradigmaları əsasında nəzərdən keçirilməməsidir.

Müsəlman mütəxəssislər olaraq biz bu cür dünyəvi yanaşmalarla bağlı ehtiyatlı mövqe nümayiş etdirməliyik. Hətta müəyyən psixoloji hadisə və nəzəriyyələr təcrübələrlə təsdiq olunsada, biz bu psixoloji reallıqları yarıdan Allahı həmişə xatırlamalıyıq və bu cür prinsiplərdə ilahi hikməti axtarmalıyıq. Hər hansı nəzəriyyə və təcrübəni qəbul etdikdə Allahın bizə Quran və başqa yollarla göstərdiyi, əmr etdiyi yollardan sapmamalıyıq. Heç bir insan Allahın icazəsi olmadan bilik əldə edə bilməz.

## QEYDLƏR

### BİRİNCİ FƏSİL

1. J. B. Watson, "Behaviourism (London: W. Norton & Co., 1970), s.ix.
2. Yenə orada.
3. John Eccles, "Evolution of the Brain: Creation of the Self (London: Routledge Publishers, 1991), s. 225.
4. Malik B. Bədri, "Elm al-Nafs min Manzur Islam" (Khartoum: IIIT, 1987).
5. H. J. Eysenck, "Psychology is about People" (London: The Penguin Press, 1972), s.300.
6. Thomas Kuhn, "The Structure of Scientific Revolutions (Chicago: University of Chicago Press, 1970).
7. Eccles, "Evolution of the Brain".
8. Yenə orada.
9. Karl Popper və John Eccles, "The Self and Its Brain" (London: Routledge Publishers, 1990), s. 372.
10. W. Uttal, "The Psychobiology of the Mind" (London: John Wiley Publishers, 1978).
11. J. C. Pearce, "Evolution's End" (San Francisco: Harper Collins Publishers, 1992), s. 103 və 104.
12. Yenə orada, s.103.
13. Yenə orada., s.104.
14. Yenə orada., s.104 və 105.
15. Əbu Həmid Əl-Qəzzali, "İhya Ülum əd-Din" (Beirut: Dar al Qalam, n.d.).
16. Yusif Bəşir Əl-Tijani, "Divan Işraqah" (Beirut: Dar al-Thaqafah, 1972).

17. Abbas Mahmud Əl-Aqqad, "Al-Lughah al-Shairah" (Cairo: Maktabat Gharib, n.d.).
18. Yenə orada s.70.
19. Ənvər Əl-Cundi, "Əl-Fuşa: Lughat Əl-Quran" (Beirut: Dar Əl-Kitab Əl-Lubnan, 1982), s.27.

## İKİNCİ FƏSİL

1. İbn Qayyim Əl-Cövziyyə "Miftahü Dars-Saade" (Riyadh: Risasat Əl-İfta, n.d.), s.183.
2. Əbu Zeyd Əl-Bəlxi, "Maşalih Əl-Abdan və Əl-Anfus", (İstanbul: Ayasofya Library).
3. Aaron T. Beck, "Cognitive Therapy and the Emotional Disorders" (New York: New American Library, 1976), s.29–35.
4. İbn Qayyim Əl-Cövziyyə, "Əl-Favaid" (Beirut: Dar al-Nafais, 1981), s.173.
5. Yenə orada.
6. Əl-Qəzzali, "İhya", cild. 3, s.56–59.
7. Yenə orada.
8. Yenə orada.
9. Əbu Həmid Əl-Qəzzali, "Əl-Hikmət fi Məxluqati Allah" (Beirut: Dar İhya Əl-Ulum, 1984), s.13 və 14.
10. İbn Əl-Qayyim, "Miftah, s.180.
11. Yenə orada.
12. Əl-Qəzzali, "İhya", cild. 4, s.389.
13. Yenə orada., s.388.
14. Yenə orada., s.388–389.
15. İbn Əl-Qayyim, "Miftah", s.180.
16. İbn Qayyim Əl-Cövziyyə, "Mədarij Əl-Salihin", red., Abd al-Munim al-Salih (The Emirates: Wizarat al-Awqaf, n.d.).

17. İbn Teymiyyə "Məcmuu Əl-Fətva", (Riyad: Matabi Əl-Riya, n.d.), cild. 10, s. 221 –225.

18. Məhəmməd Əl-Qəzzali, "Fiqh Əl-Sirah" (Beirut: Dar al-Kutub al-Hadithah, 1960), s.190.

19. Yenə orada.

20. Ziqmund Freyd cinsi həvəs və istəklərlə bağlı nəzəriyyələrini yazdığı vaxtlarda kokain aludəçisi idi. Əslində, tələbələrə "elm" adı ilə öyrədilən cinsi əlaqə ilə bağlı nəzəriyyələr narkotik maddə aludəçisi bir insanın əlaqəsiz yazılarından başqa bir şey deyil. Əlavə məlumat üçün bax: E. M. Thornton, "Freud and Cocaine" The Freudian Fallacy (London: Blond & Briggs Publishers, 1983).

### ÜÇÜNCÜ FƏSİL

1. Malik B. Bədri, "The Aids Crisis: An Islamic Socio-Cultural Perspective" (Malaysia: ISTAC Publications, 1997).

2. I. S. Bengelsdorf, "Alcohol and morphine addictions believed to be chemically similar", 5 mart 1970, Los Angeles Times, II, 7, R. C. Carson, J. N. Butcher və J. C. Coleman, "Abnormal Psychology and Modern Life", 8-ci nəşrə istinad edilmişdir., (London: Scott, Foreman & Co., 1988), s.368.

3. Herbert Benson, "Timeless Healing" (London: Simon & Schuster, 1996), s. 272–274. Həmçinin bax: Susan R. Burchfield, "Stresss: Psychological and Physiological Interactions" (London: McGraw Hill Books, 1985), s.113.

4. "Mexaniki ağıl" pozuntuların müəyyən edilməsində psixologiyanın əhəmiyyətini azaldan və narkotik maddələrin, dərmanların rolunu şişirdən tibb mütəxəssislərinin istifadə etdikləri ortaq sözdür.

5. Herbert Benson, "Beyond the Relaxation Response: How to Harness the Healing Power of your Personal Beliefs" (New York: Berkley Books, 1985).

6. Benson, "Timeless Healing".

7. S. Wolf, "Effects of Suggestion and Conditioning on the Action of Chemical Agents on Human Subjects: the Pharmacology of Placebos", Journal of Clinical Investigation 29 (1950), s.100–109.

8. J. P. Pinel, "Biopsychology" (Boston: Allyn & Bacon, 1993), s. 591–593.

9. Benson, "Beyond the Relaxation Response".

10. Yenə orada.

11. Yenə orada.

12. Yenə orada.

13. L. Le Shan, "How to Meditate" (London: Bantam Books, 1988).

14. Yenə orada., s.109.

15. Benson, "Beyond the Relaxation Response", s.111.

16. Əbul Ala Mavdudi, "Mabadi Əl-Islam (Damascus: Dar al-Quran al-Karim, 1977). 17. Benson, "Timeless Healing".

18. Yenə orada., s.177.

19. Bax Ahmed Elkadi, Quranic Concepts for Eliminating Negative Emotions: Another Aspect of the Healing Effects of the Quran. Dərc olunmamış material. 5-ci Quran və Sünnət İşarələri ilə bağlı Elmi Konfransda təqdim olunmuşdur. Rusiya, Sentyabr, 1993.

20. Bax: Muhammad Khair Al-Irgisoosi, 'The Influence of Muscular Relaxation and İslamic Prayer in the Treatment of Essential Hypertension', Ph.D. dissertasiyası

(University of Khartoum, 1992). Araşdırma ilk olaraq magistr işi kimi təqdim olunmuş, sonra isə fəlsəfə dok-

toru dissertasiya işi üçün hazırlanmışdır. 1992-ci ildə elmi dərəcə verilmişdir.

21. Benson, "Timeless Healing", s.158.
22. Yenə orada., s.158–159.
23. Le Shan, "How to Meditate" s.77.
24. İbn Qayyim Əl-Cövziyyə, "Mədarij Əl-Salihin", s. 31–32.
25. İbn Teymiyyə "Məcmuu Əl-Fətva", cild.10, s.647.

## DÖRDÜNCÜ FƏSİL

1. Yusuf Ali, "The Holy Quran: Text Translation and Commentary" (Maryland: Amana Corporation, 1989), s.582, fn.1788 ayə 12:105.
2. Seyid Qütb "Fi Zilal Əl-Quran" (Beirut: Dar al-Shu-uq, n.d.), cild.5, s.2809.
3. Əl-Hafiz ibn Xatir, "Tafsir Əl Quran Əl-Azim (Beirut: Dar al-Marifah, 1969), cild. 1, s.438.
4. Benson, "Timeless Healing", s. 68–69 və 74.
5. Seyid Qütb "Fi Zilal Əl-Quran", cild. 6, s. 3279–3280.

## BEŞİNCİ FƏSİL

1. Məhəmməd Əsəd bu ayəni belə şərh edir: "Biz Davuda sizi düşmənlə vuruşda qorumaq üçün zireh toxuma sənətini öyrətdik. Rəbbinizin bu nemətinə artıq şükür edərsinizmi?" "Labus" ismi "geyim" mənasını verir... Amma İslam dinindən əvvəl bu söz ərəblər arasında həm də "zireh" mənasında işləndiyi üçün bəzi şərhçilər yuxarıdakı ayədə də "labus" sözünü bu mənada tərcümə etmişlər... Bu şərhçilər "baas" terminini isə "müharibə", "döyüş" mənalarında işlətmişlər. "Biz Davuda sizi düşmənlə vuruşda qorumaq üçün zireh toxuma sənətini öyrətdik.

Rəbbinizin bu nemətinə artıq şükür edərsinizmi?" "Baas" sözü həm "zərər", "bədbəxtlik", "fəlakət", "təhlükə", həm də qorxu, narahatlıq, yaradan mənalərini ehtiva edir. Əgər biz axıncı mənanı qəbul etsək, "labus" termini bu kontekstdə "geyim" mənasında istifadə olunmalıdır. Daha dəqiq desək, Quranın yeddinci surəsinin 26-ci ayəsində də öz əksini tapan "təqva libası" (libas əl-taqva) metaforasından istifadə olunmalıdır. Bu mənaya uyğun olaraq yuxarıda qeyd edilən ayədə bu ideya təbliğ olunur ki, Qadir Allah Davuda, öz səhabələrinə təqva libası geyindirməyi öyrətdi ki, onlar mənəvi qorxu və problemlərdən xilas olsunlar. Bunun səbəbi şüursuz olaraq Allahdan qorxma və ya başqa qorxu da ola bilər. Son cümlə belədir: "Rəbbinizin bu nemətinə artıq şükür edərsinizmi?" Yəni insanlar, adətən, Allah tərəfindən verilmiş nemətlərə şükr etmirlər.

#### ALTINCI FƏSİL

1. İbn Qayyim Əl-Cövziyyə, "Əl-Favaid", s. 235.
2. Əl-Süyuti, "Əl-Camiə" cild. 1, s. 514.
3. Məhəmməd İbrahim Əl-Fayumi, "Al-Imam al-Ghazali və Alaqat əl Yaqin bi əl-Aql (Cairo: Dar al-Fikr al-Ərabi, n.d.), s.38–39.
4. İbn Qayyim Əl-Cövziyyə, "Əl-Favaid", s. 235.
5. Əl-Qəzzali, "İhya", cild. 4, s. 62. Həmçinin bax: Əl-Qəzzali, "The Remembrance of Death and the After Life" (Book XL of the Ihya Ulum al Din). Tərcümə edən: T. J. Winter, (Cambridge: İslamic Texts Society, 1989).
6. Əl-Buxari və Müslim tərəfindən təsdiq olunmuş və Əbu Zəkəriyyə Əl-Nəvəvinin, "Riyah Əl-Salihin" əsərində qeyd olunmuşdur. İngilis dilinə Madani Abbasi tərəfindən tərcümə olunmuşdur, (Riyadh: Al Matbaah al-Duwa-liyyah al-İslamiyyah, n.d.), cild. 2, s.920.

7. Əhməd ibn Hənbəl, "Kitab Əl-Zühd" (Beirut: Dar al-Kutub al-İlmiyyah, 1983), s. 398.

8. Malik və Əl-Tirmizi tərəfindən təsdiq olunmuş və Məhəmməd ibn Süleymanın "Camia Əl-Favaid" əsərində qeyd olunmuşdur, (Cyprus: Bank Fayal al-Islami, 1985), cild. 2.

9. Əhməd ibn Hənbəlin "Əl-Müsnəd" əsərində təsdiq olunmuş və Məhəmməd Nasrəddin Əl-Albaninin "Sahih Əl-Camia Əl-Saghir və Ziyadatih li Əl-Süyuti" əsərində göstərilmişdir (Beirut: Al-Maktab al-Islami, 1986), s.931, hədis nöm. 5250.

10. Əl-Haris Əl-Muhasibi, "Kitab Əl-Tavahhum (Aleppo: Dar al-Waḥy, n.d.), s.1–18.

11. Seyid Qütb, "In the Shade of the Qur'an" (London: MWH Publishers, 1979), cild. 30, s. 62–65.

## YEDDİNCİ FƏSİL

1. Əl-Qəzzali, "İhya", cild. 4, s. 388–389.

2. H. J. Eysenck, "The Structure of Human Personality" (London: Methuen, 1970).

3. Bax: Badri, "AIDS Crisis".

4. Əl-Buxari tərəfindən təsdiq edilmiş və Əl-Süyuti tərəfindən "Əl-Camia" əsərində göstərilmişdir. cild. 1, s.235.

5. Fritjof Capra, "The Tao of Physics" (Glasgow: Harper Collins Publishers, 1992), s.11.

6. Əbu Hüreyrə tərəfindən rəvayət olunmuş və Əl-Tirmizi tərəfindən yazılmışdır.

7. İbn Əl-Qayyim, "Mədarij", s. 632.

8. İbn Əl-Cövzi, "Seyd Əl-Xatir", red., Ali Əl-Tantavi, (Damascus: Dar alFikr, 1978), s. 148-149.

## SƏKKİZİNCİ FƏSİL

1. L. Malpass, "Human Behavior" (New York: McGraw Hill, 1966), s.3.
2. John Clover Monsma, "Evidence of God in an Expanding Universe" (G. P. Putman & Sons Publishers, 1958).
3. Əl-Qəzzali, "Əl-hikmət", s. 87–95.
4. Mustafa Mahmud, "Lughz alhayah" (Cairo: Dar al-Nahah al-Arabiyyah, n.d.), s. 47–49.
5. Əli ibn Əbu Talib, "Nahjul Balagha: Peak of Eloquence". Tərcümə edən: Seyid Əli Rza, (New York: Tahrike Tarsile Qur'an, Inc., 1985), s.370–371.
6. İbn Əl-Qayyim, "Miftah", cild. 1, s. 242–243.
7. Yenə orada.
8. Əl-Zəmaxşəri, "Təfsir Əl-Kaşşaf" (Cairo: Al-Maktabah al-Tijariyyah, 1354ah), cild.1, s.57.
9. Yenə orada.
10. Əl-Qəzzali, "Əl-hikmət", s.83.
11. Yenə orada., s.68.
12. Əl-Süyuti, "Əl-Camia" cild.2, s.182.
13. Sigrid Hunke, "The Sun of Allah Shines on the West". Ərəb dilinə tərcümə edən: Fərrux Baydun və Kamal Dasuqi, (Beirut: Dar al afaq al-Jadidah, n.d.), s. 369.
14. Yenə orada.
15. Yenə orada.
16. Yenə orada., s.289.
17. W. Montgomery Watt, "The Influence of İslam on Medieval Europe" (Edinburgh: Edinburgh University Press, 1987), s.38.
18. Əl-Bəlxi, "Maşalih Əl-Abdan", s. 270–271.
19. Yenə orada., s.307.
20. Malik B. Bədri, Abu Zayd alBalkhi: A Genius Whose Contributions to Psychiatry Needed more than Ten Cen-

turies to be Appreciated, Malaysian Journal of Psychiatry, cild.6, nö.2, sentyabr 1999, s.48–53.

21. Əl-Bəlxı, “Maşalih Əl-Abdan”, s. 316–319.

22. Əl-Albani, “Sahih Əl-Camia Əl –Saghir”, cild. 2, s.776.

23. M. Scott Peck, “People of the Lie: Hope for Healing Human Evil” (London: Arrow Books, 1990), s.43.

24. M. Scott Peck, “Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspectives on Euthanasia and Mortality” (Hemel Hempstead, UK: Simon & Schuster, 1997), s.129 və 131.

25. Benson, “Timeless Healing”, s.202 və 208.

26. Ronald S. Valle və Rolf von Eckartsberg, “Metaphors of Consciousness” (New York: Plenum Press, 1981; London: Plenum Publishing, 1994), s.ix–xii.

27. Yenə orada., s.200.

28. Qütb “Fi Zilal Əl-Quran”, cild.1, s.25–26.

29. Əl-Tirmizi tərəfindən təsdiq edilmiş və Əl-Nəvəvinin “Al-Adhkar al Muntakhab min Kalam Sayyid al-Ab-rar” əsərində qeyd olunmuşdur (Beirut: Al-Maktabah al-Thaqafiyyah, 1983), s.171.

30. Əl-Buxari və Müslim tərəfindən təsdiq olunmuş və Əl-Süyutinin “Əl-Camia” əsərində yazılmışdır, cild. 1, s.332, hədis nö.2176.

31. Əl-Buxari tərəfindən təsdiq olunmuş və Əl Süyuti-nin “Əl-Camia” əsərində yazılmışdır, cild. 1, s. 646, hədis nö. 4191.

32. Əl-Buxari tərəfindən təsdiq olunmuş və İbn Süley-manın “Camia Əl-Favaid” əsərində qeyd olunmuşdur, cild.2, s.476, hədis nö. 10:8294.

## DOQQUZUNCU FƏSİL

1. Journal of World Psychology, 1:4, 1995, s. 53–54.

## ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. Əli ibn Əbu Talib, "Nahjul Balagha: Peak of Eloquence". Tərcümə edən: Seyid Əli Rza, (New York: Tahrike Tarsile Qur'an, Inc., 1985).
2. Əl-Albani, "Sahih Əl-Camia Əl-Saghir və Ziyadatih li Əl-Süyuti" (Beirut: Al-Maktab al-Islami, 1986).
3. Al-Aqqad, Abbas Mahmud, "Al-Lughah al-Shairah" (Cairo: Maktabat Gharib, n.d.).
4. Əli Yusuf, "The Holy Qur'an: Text Translation and Commentary" (Maryland: Amana Corporation, 1989).
5. Armstrong Karen, "A History of God: From Abraham to the Present: A 4 , 000 Year Quest for God" (London: Heinemann, 1993)
5. Asad Muhammad, "The Message of the Qur'an" (Gibraltar: Dar al-Andalus, 1980).
6. Bədri Malik B., "Elm al-Nafs min Manzue Islami (Khartoum: IIIT Publications, 1987).
7. Əbu Zeyd Əl-Bəlxi: "A Genius Whose Contributions to Psychiatry Needed more than Ten Centuries to be Appreciated", Malaysian Journal of Psychiatry, cild.6, nö.2, Sentyabr 1999, s.48–53.
8. "The AIDS Crisis: An İslamic Socio-Cultural Perspective" (Malaysia: ISTAC Publications, 1997).
9. Əbu Zeyd Əl-Bəlxi, şah əsəri "Maşalih Əl-Abdan və Əl-Anfus" MS 3741,(Istanbul: Ayasofya Library).
10. Beck Aaron T., "Cognitive Therapy and the Emotional Disorders" (New York: New American Library, 1976)

11. Benson Herbert, "Beyond the Relaxation Response: How to Harness the Healing Power of your Personal Beliefs" (New York: Berkley Books, 1985).

12. "Timeless Healing" (London: Simon & Schuster, 1996).

13. Capra Fritjof, "The Tao of Physics" (Glasgow: Harper Collins Publishers, 1992).

14. Carson R. C., Butcher, J. N., və Coleman J. C., "Abnormal Psychology and Modern Life", 8-ci nəşr., (London: Scott, Foresman & Co., 1988).

15. Eccles J., "Evolution of the Brain: Creation of the Self" (London: Routledge Publishers, 1991).

16. Elkadi Ahmed, "Quranic Concepts for Eliminating Negative Emotions: Another Aspect of the Healing Effects of the Quran", Dərc olunmamış material. 5-ci Quran və Sünnət İşarələri ilə bağlı Elmi Konfransda təqdim olunmuşdur. Rusiya, Sentyabr, 1993.

17. Eysenck H. J., "The Structure of Human Personality" (London: Methuen, 1970).

"Psychology is about People" (London: The Penguin Press, 1972).

18. Əl-Fayumi, Məhəmməd İbrahim, "Əl-İmam əl-Qazali və əlaqat al-Yaqin bi əl Aql" (Cairo: Dar al-Fikr al-Ərabi, n.d.).

19. Əbu Həmid Əl-Qəzzali "Əl-Hikmət fi Məxluqati Allah" (Beirut: Dar İhya Əl-Ulum 1984).

— — "İhya Ülum əd-Din" (Beirut: Dar al-Qalam, n.d.).

— — The Remembrance of Death and the After Life. Tərcümə edən: T. J. Winter (Cambridge: Islamic Texts Society, 1989).

20. Əbu Həmid Əl-Qəzzali, "Fiqh al-Sirah" (Beirut: Dar al-Kutub al-hadis, 1960).

21. İbn Hənbəl Əhməd "Kitab Əl-Zühd" (Beirut: Dar al-Kutub al-İlmiyyah, 1983).
22. İbn Əl-Cövzi, "Seyd Əl-Xatir", red., Əli Əl-Hantavi (Damascus: Dar al-Fikr, 1978).
23. İbn Xatir, Əl-Hafi, "Təfsir Əl-Quran Əl-Azim (Beirut: Dar al-Maʿrifah, 1969), cild. 1.
24. İbn Əl-Qayyim, "Əl-Favaid" (Beirut: Dar al-Nafa'is, 1981).  
 — — İbn Qayyim Əl-Cövziyyə, "Miftahü Dars-Saade" (Riyadh: Riasat al-Ifta, n.d.).  
 — — "Mədarij Əl-Salihin" (The Emirates: Wizarat al-Awqaf, n.d.).
25. İbn Süleyman Muhammad, "Camia Əl-Fəvaid" (Cyprus: Bank Faylal al-IslamI, 1985), cild. 2.
26. İbn Teymiyyə, "Məcmuu Əl-Fətva" (Riyadh: Matabi al-Riyad, n.d.), cild. 10.
27. Al Məhəmməd Xair Əl-İrquisosi, The Influence of Muscular Relaxation and İslamic Prayer in the Treatment of Essential Hypertension, Dissertasiya işi. (University of Khartoum: 1992).
28. Ənvər Əl-Cundi, "Əl-Fuşa: Luğat Əl-Quran" (Beirut: Dar al-Kitab al-LubnanI, 1982).
29. Kuhn Thomas, "The Structure of Scientific Revolutions" (Chicago: University of Chicago Press, 1970).
30. Le Shan L, "How to Meditate" (London: Bantam Books, 1988).
31. Mahmud Mustafa, "Lughz Əl-Hayah" (Cairo: Dar al-Nahah al-Arabiyyah, n.d.).
32. Malpass L., "Human Behavior" (New York: McGraw-Hill, 1966).
33. Mavdudi Əbul Əla, "Mabadi Əl-Islam" (Damascus: Dar al-Quran al-Karim, 1977).

34. Monsma John Clover, red., "Evidence of God in an Expanding Universe" (G. P. Putman & Sons Publishers, 1958)

35. Əl-Muhasibi Əl-Haris, "Kitab Əl-Tavahhum" (Aleppo: Dar al-Way, n.d.).

36. Əl-Nəvəvi Əbu Zəkəriyyə, "Riyazih Əl-Salihin", İngilis dilinə tərcümə edən: Madani Abbasi, (Riyadh: Al-Matbaah al-Duvaliyyah al-Islamiyyah, n.d.), cild. 2.

37. Əl-Nəvəvi, Muhyi Əl-Din, "Al-Adhkar al-Muntakhab min Kalam Sayyid alAbrar" (Beirut: Al-Maktabah al-Thaqafiyyah, 1983).

38. Pearce J. C., "Evolution's End" (San Francisco: Harper Collins Publishers, 1992).

39. Peck M. Scott, "People of the Lie: Hope for Healing Human Evil" (London: Arrow Books, 1990).

"Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspectives on Euthanasia and Mortality" (Hemel Hempstead, UK: Simon & Schuster, 1997).

40. Pinel J. P., "Biopsychology" (Boston: Allyn & Bacon, 1993).

41. Popper Karl və Eccles John, "The Self and Its Brain" (London: Routledge Publishers, 1990).

42. Seyid Qütb "Fi Zilal Əl-Quran" (Beirut: Dar al-Shuruq, n.d.), cild. 5.

"In the Shade of the Qur'an" (London: MWH Publishers, 1979), cild. 30.

43. Əl Süyuti Cəlaləddin, Əl-Camia Əl-Saghir fi hadith Əl-Bashir Əl-Nadhir (Beirut: Dar al-Fikr, 1981), cild. 1və 2.

44. Al-Tijani Yusuf Bashir, "Divan Ishraqah" (Beirut: Dar al-Thaqafah, 1972).

45. E.M. Thornton "Freud and Cocaine: The Freudian Fallacy" (London: Blond & Briggs, 1983).

46. Uttal W., "The Psychobiology of the Mind" (London: John Wiley Publishers, 1978).

47. Valle Ronald S. və von Eckartsberg Rolf, "Metaphors of Consciousness" (New York: Plenum Press, 1981; London: Plenum Publishing, 1994).

48. Watson J. B., "Behaviourism" (London: W. Norton & Co., 1970).

49. Watt Montgomery, "The Influence of İslam on Medieval Europe" (Edinburgh: Edinburgh University Press, 1987).

50. Wolf S., "Effects of Suggestion and Conditioning on the Action of Chemical Agents on Human Subjects: the Pharmacology of Placebos", *Journal of Clinical Investigation* 29 (1950).

51. Əl-Zəmaxşəri, "Təfsir al-Kəşşaf" (Cairo: Al-Maktabah al-Tijariyyah, 1354ah).

52. Əl-Zübaydi Imam Zaynaləddin Əhməd ibn Abd Əl-Latif, "Mukhtaşar Sahih Əl-Buxari" (Beirut: Dar al-Kutub al-İlmiyyah, 1993), cild. 1.

## CEREMİ HENZEL-TOMAS TƏRƏFİNDƏN İSTİFADƏ OLUNAN ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. Taha Cabir Əl-Əlvani, "The Ethics of Disagreement in Islam". Tircümə edən: Əbdülvahid Həmid (IIIT, 2011).
2. Muhammad Asad, "The Message of the Qur'an" (Dar al-Andalus, Gibraltar, 1980, yeni nəşr: The Book Foundation, Bath, 2004).
3. Titus Burckhardt, "Mirror of the Intellect". Tərcümə və redaktə edən: Uilyam Stoddart (Cambridge: Quinta Essentia, 1987).
4. Guy Claxton, "Hare Brain Tortoise Mind: Why Intelligence Increases When You Think Less" (London: Fourth Estate, 1997).
5. Karim Douglas Crow, "Between Wisdom and Reason: Aspects of 'Aql (MindCognition) in Early Islam", *Islamica*, 3:1(1999).
6. Robert Fisher, "Teaching Thinking: Philosophical Enquiry in the Classroom" (London: Continuum, 1998).
7. Howard Gardner, "Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences" (Basic Books, 1983); "Multiple Intelligences: New Horizons in Theory and Practice" (Basic Books, 2006).
8. Cyril Glassé, "The Concise Encyclopaedia of Islam" (London: Stacey International, 2001).
9. Daniel Goleman, "Emotional Intelligence" (New York: Bantam, 1995).
10. Jack Goody, "The Theft of History" (Cambridge University Press, 2006); "Renaissances: The One or the Many?" (Cambridge University Press, 2010).

11. "Yuval Noah Harari, *Homo Deus: A Brief History of Tomorrow*" (London: Vintage, 2017).

12. Camille and Kabir Helminski, "Jewels of Remembrance: A Daybook of Spiritual Guidance Containing 365 Selections from the Wisdom of Rumi" (Putney, Vermont: Threshold Books, 1996).

13. Jeremy Henzell-Thomas, "Foreword to Wholeness and Holiness in Education: An Islamic Perspective by Zahra Al Zeera" (London: International Institute for Islamic Thought, 2001); "The Challenge of Pluralism and the Middle Way of Islam", in *Islam and Global Dialogue: Religious Pluralism and the Pursuit of Peace*, ed: Roger Boase (Aldershot: Ashgate, 2005); "Thinking Skills: Engaging the Intellect Holistically." *Education column, Islamica*, Issue 15(2005); "The Power of Education", *Critical Muslim*, 14, Power, April-June 2015 (London: Hurst); "Rethinking Reform in Higher Education: From Islamization to Integration", hëmmüëllif: Ziauddin Sardar (London and Herndon: International Institute for Islamic Thought, 2017).

14. John Hobson, "The Eastern Origins of Western Civilisation" (Cambridge University Press, 2004).

15. Daniel Kahneman, "Thinking, Fast and Slow" (London: Penguin Books, 2012).

16. Jonathan Lyons, "The House of Wisdom: How the Arabs Transformed Western Civilisation" (Bloomsbury, 2009).

17. James Winston Morris, "The Reflective Heart: Discovering Spiritual Intelligence in Ibn Arabi's Meccan Illuminations" (Louisville: Fons Vitae, 2005).

18. John Andrew Morrow, "The Covenants of the Prophet Muhammad with the Christians of the World" (Angelico Press/Sophia Perennis, 2013).

19. Neil Postman, "The End of Education" (New York: Vintage Books, 1996).
20. Barry Schwartz, "What Learning How to Think Really Means", *The Chronicle of Higher Education*, June 2015.
21. Reza Shah-Kazemi, "Common Ground Between Islam and Buddhism" (Louisville: Fons Vitae, 2010).
22. Robert J. Sternberg, "Beyond IQ: A Triarchic Theory of Intelligence" (Cambridge: Cambridge University Press, 1985).
23. Brian Thorne, "Infinitely Beloved: The Challenge of Divine Intimacy. Sarum Theological Lectures" (London: Dartford, Longman and Todd, 2003).



**B**eşəriyyət böhran içindədir və çox az sayda insan həyatımızda və ümumilikdə dünyada mövcud olan problemləri dərk edir. Bu necə baş verir və necə olur ki, insanların insanlıq ilə əlaqələri kəsilib? Niyə depressiya, narahatlıq, qorxu və intihar kimi psixoloji problemlərin sayında artım müşahidə olunur və niyə ənənəvi Qərb terapiyası bu tendensiyanın qarşısında acız qalıb? Bu sualların cavabını ilk olaraq özümüzdə axtarmalıyıq – məqsədlərimizi bir daha nəzərdən keçirməli və bu prinsipin bütün insanlar tərəfindən tətbiq edilməsinə cəhd etməliyik. Müasir Qərb psixologiyasının və çox sayda insanın problemlərinin həll edilməsinə kömək etməyən terapiyaların inkişaf etməsinə baxmayaraq insan ruhu və spiritualizm sahəsi hələ də geniş müstəvidə tədqiq edilməmiş qalır. Bunun əsas səbəbi isə insan şüurunun ətrafdan gələn reaksiyalara cavab verən "mexanizm" kimi nəzərə alınması ənənəvi hal alıb.

İnsan ağılı və ağıl-ruh əlaqəsini ciddi şəkildə araşdıran Malik Bədri oxucuları təfəkkür və meditasiya vasitəsi ilə – bu həyatda insanın öz mövqeyini və mənəviyyatın əsl mahiyyətini dərk etmə – özlərini, məqsədlərini və mənəviyyatı kəşf etməyə dəvət edir. Bu, İslam dinində ibadətə əsas məğzini təşkil etsə də ibadət və ya mənəvi dünyanın zənginləşdirilməsi nöqtəyi-nəzərindən spiritualizm anlayışını dərk etmək istəyən oxucular üçün də maraqlı olacaq.

*Malik Bədri İslam dinində təfəkkür təcrübəsini geniş müstəvidə izah etməklə bu sahədə misli görünməmiş xidmət göstərib. Təfəkkür prosesi üçün zəruri olan bütün məqamlara toxunan müəllif mənəviyyat aspektindən təkmilləşmənin, şəxsiyyət olmağın və İslam dinin əsl mahiyyətini izah edir. Bütün bunlar hər şeydən əvvəl müsəlmanların ilahi çağırışlara cavab verməsi və bəşəriyyətə xidmət etməsi üçün əsl ilham mənbəyidir.*

**Dr. Ceremi Henzel Tomas**  
**Kembridc Universitetində İslam Elmləri Mərkəzinin**  
**tədqiqatçısı**

*"Təfəkkür" insanların həyatını dəyişən kitabdır. Burada, psixologiya anlayışı fonunda mənəviyyat məfhumu sadəcə nəzəri baxımından yox, eyni zamanda sadə formada insanların təsir altına düşməsinə səbəb olan formada izah olunur.*

**Professor Əbdürrəşid Skinner**  
**Tibbi psixoloq**

**Malik Bədri** Sudandakı Ahfad Universitetində psixologiya professorudur və hal-hazırda müvəqqəti olaraq Türkiyənin İstanbul şəhərində Zaim Universitetində fəaliyyət göstərir. O, Malayziyanın Beynəlxalq İslam Universitetinin İslam və Sosial Elmlər fakültəsinin İbn Xaldun kafedrasının rəhbəridir. İxtisaslı terapevt olan müəllif beynəlxalq universitetlərdə professor, departament rəhbəri, fakültet dekanı, prorektor vəzifələrində işləyib. O, 1973-74-cü illərdə Efiopiyada Pedagogika İnstitutunda UNESCO-nun psixologiya mütəxəssisi, 1980-84-cü illərdə isə ÜST-nin Ənənəvi Tibbi Təcrübələr Komitəsində mütəxəssis kimi fəaliyyət göstərib. Çoxsayda kitabların və məqalələrin müəllifi olan Malik Bədri 2003-cü ildə Sudanın elmi fəaliyyətlər görə verilən ali mükafatı olan Zübeyr mükafatı da daxil olmaqla bir sıra təltiflərə layiq görüldü.



**Beynəlxalq İslam**  
**Fikri İnstitutu**